ব্রহ্মচর্য্য।

শ্রীরমেশচন্দ্র চক্রবর্ত্তি প্রণীত।

ষষ্ঠ সংস্করণ।

(পরিবর্দ্ধিত)

কলিকাতা

৮।২, ক্ষেত্রচোলের লেন হইতে, গ্রন্থকার কর্ত্তৃক

প্রকাশিত।

বৈশাখ, ১৩১৮।

[মূল্য ॥০]

প্রধান ২ পুস্তকালয়ে প্রাপ্তব্য।

বিষয় বলিতে নিতান্ত সঙ্কোচ বোধ হয়। যাঁহারা যৌবন দশায় উপনীত হইয়াছেন এবং যাঁহাদের ঐ অবস্থা অতিবাহিত হইয়াছে, তাঁহারা সকলেই না হউন, অধিকাংশই যদিও ভুক্ত-ভোগী, তত্রাপি কোন বন্ধু ব্যাকুল হইয়া স্বীয় দুরবস্থা জ্ঞাপন করিলে, তাঁহারা আত্মভাব গোপন করিয়া, গম্ভীরভাবে 'এ কুঅভ্যাস ত্যাগ কর,' 'তোমার প্রবৃত্তি এত নীচ কেন?' 'আমারত এরূপ প্রবৃত্তি কখন মনেও স্থান পায় নাই,' ইত্যাদি দুই চারিটী নীরস এবং উপেক্ষা ও ঘৃণাসূচক বাক্যবিন্যাস করিয়াই নিরস্ত হন। ইহাতে উঁহাদিগের উপর কোন দোষা-রোপ করা যায় না; কারণ উঁহারা আধ্যাত্মিক উন্নতি বিধানে সম্পূর্ণ উদাসীন থাকাতে এতৎপ্রতীকারোপায় অবগত নহেন।

সংসর্গ, বিষময় পরিণাম সম্বন্ধে সম্পূর্ণ অজ্ঞতা এবং অযথা কৌতূহল নিবৃত্তির দুর্দ্দমনীয় পিপাসাই যে এ অভ্যাসোৎপত্তির প্রথম এবং প্রধান কারণ, একথা বোধ হয় সকলেই স্বীকার করিবেন। অন্যের বিষয় জানি না, তবে দুই চারিটী সরল, ধর্ম্মপিপাসু বন্ধুর নিকট যেরূপ অবগত হইয়াছি এবং নিজে, জীবনে, যেরূপ প্রত্যক্ষ করিয়াছি, তাহাতে উপরোক্ত সিদ্ধান্ত নিতান্ত ভ্রমাত্মক বলিয়া স্বীকার করিতে পারিলাম না।

যে কোন কারণেই হউক আজ ভারতে, বিশেষতঃ বঙ্গ-দেশে, অপেক্ষাকৃত অল্প বয়সেই যৌবনোদ্গম হইয়া থাকে। যুগধর্ম্ম প্রভাবে, কি অল্প বয়সে অধিক মানসিক বৃত্তির পরি-

চালনা হেতু, কি পিতা মাতার দুর্ব্বলতার জন্য—যে কোন কারণেই হউক, এই অবস্থা-বিপর্য্যয় সংঘটিত হইয়াছে। অপরিণতবয়সে, অস্থিসমূহ পরিপক্ক হইবার পূর্ব্বে অস্বাভাবিক উপায়ে অপরিমিত বিন্দুপাতই জাতীয় অবনতির মূল কারণ বলিয়া কেহ কেহ নির্দ্দেশ করিতেছেন।

বয়ঃক্রম ত্রয়োদশ বর্ষের শেষ ভাগেই ইন্দ্রিয়ের প্রসর রোধ করিতে অক্ষম হইয়াছিলাম এবং চতুর্দ্দশ বর্ষ বয়সেই মস্তক ঘূর্ণন এবং শারীরিক দৌর্ব্বল্য ইত্যাদি বিষময় পরিণাম প্রত্যক্ষ করিতে হইয়াছিল। ঐ সময় হইতেই ইন্দ্রিয়নিরোধের জন্য সময় সময় প্রাণ ব্যাকুল হইত, কিন্তু লজ্জাবশতঃ এবং উপেক্ষিত ও ঘৃণিত হইবার ভয়ে কাহাকেও বলিতে পারিতাম না; নির্জ্জনে পরমদেবের নিকট আরাধনা করিতাম। সপ্তদশ বর্ষ বয়সে, আশ্বাস বাক্যে উৎসাহিত হইয়া, ভিন্ন দেশীয় পরদুঃখ-কাতর এক মহাত্মার নিকট সমস্ত বিষয় জ্ঞাপন করিয়াছিলাম। তাঁহার উপদেশে যে কিছু উপকার না হইয়াছিল এমন নহে, কিন্তু বিশেষ চেষ্টা করিয়াও সময় সময় উহার ভীষণ আক্রমণ হইতে আত্মরক্ষা করিতে সক্ষম হইতাম না। এইরূপে, অনবরত জয় পরাজয়ের পর, বয়ঃক্রম উনবিংশ বর্ষে, অবশেষে শ্রীশ্রীপ্রভুজগদ্বন্ধু-শ্রীগুরুদেবের--নিকট হইতে যে সব নিয়ম প্রাপ্ত হইয়া এবং আংশিক পালন করিয়া, কথঞ্চিৎ শান্তি পাইয়াছি, আজ তাঁহার শ্রীচরণযুগল শিরে ধারণ করিয়া, মমসম অবস্থাপন্ন, দুঃস্থ, নিরুপায় বন্ধুগণের হিতার্থে, তাহার কতকগুলি

প্রকাশ করিলাম। নিয়মগুলি সাধারণের জন্য দেওয়া গেল। এই সব নিয়ম কৈশোর হইতে পালন করিলে, যৌবনে, দুর্দ্দমনীয় রিপুর আক্রমণ হইতে, সম্পূর্ণরূপে না হউক, কতক পরিমাণে, যে রক্ষা পাওয়া যায়, তদ্বিষয়ে কিঞ্চিন্মাত্র সন্দেহ নাই। ত্রিকালজ্ঞ ঋষিগণ, আর্য্য অন্তেবাসীগণের, ইন্দ্রিয় সংযম এবং আধ্যাত্মিক উন্নতিবিধানমানসে, এই সমুদয় নিয়ম প্রণয়ন করিয়াছিলেন।

সহৃদয় ছাত্রগণ কৃপা করিয়া ব্রহ্মচর্য্য ব্রত গ্রহণ করিলে কৃতার্থ হইব। নিবেদন মিতি।

কলিকাতা। বৈশাখ, ১৩১৮।

চিরহিতাকাঙ্ক্ষী—
শ্রীরমেশচন্দ্র চক্রবর্ত্তী।

সূচীপত্র

শ্রীশ্রীপ্রভু জগদ্বন্ধু ॥

শ্রীপাদপদ্মে

Printed by K. V. Seyne & Bros.

ছাত্রগণের অহোরাত্র বা ২৪ ঘণ্টার কর্ম্ম।

পূর্ব্বাহ্ন কৃত্য।

১। সূর্য্যোদয়ের ৩ ঘণ্টা পূর্ব্বে শয্যা ত্যাগ।

২। বেগ পাইলে, মল মূত্র ত্যাগ; শৌচ; দন্তধাবন, জিহ্বোল্লেখ।

৩। ২৪ মিনিট ব্যায়াম; ২৪ মিনিট বিশ্রাম।

৪। সূর্য্যোদয়ের ৪৮ মিনিট পূর্ব্বের ৪৮ মিনিটের মধ্যে স্নান; অর্থাৎ ৫টার সময় সূর্য্যোদয় হইলে, ৩।২৪ হইতে ৪।১২ মিনিটের মধ্যে (ইহাই ব্রাহ্ম মুহূর্ত্ত) স্নান করিবেন।

৫। ভগবদারাধনা।

৬। যৎকিঞ্চিত আহার্য্য গ্রহণ।

৭। বিদ্যাভ্যাস ৯টা পর্য্যন্ত।

৮। ৯টার সময় স্নান।

৯। স্বল্প উপাসনার পর পরিমিত অন্ন গ্রহণ।

১০। ১০টা পর্য্যন্ত বিশ্রাম; তার পর বিদ্যালয়ে গমন। (আহারের অব্যবহিত পরেই অধ্যয়ন অস্বাস্থ্যকর; কিন্তু বর্ত্তমান প্রণালীর পরিবর্ত্তন না হওয়া পর্য্যন্ত অর্থাৎ সকালেও বৈকালে অধ্যাপনার বন্দোবস্ত না হওয়া পর্য্যন্ত, ছাত্রগণ স্কুলে যাওয়ার ১।১॥ ঘণ্টা পূর্ব্বে অতি পরিমিত আহার করিয়া বিশ্রাম করিবেন।

মধ্যাহ্ন কৃত্য।

১১। বিদ্যালয়ে অবস্থান ও অধ্যয়ন। কলেজের ছাত্রগণ মধ্যে মধ্যে ১।২টার সময় ছুটী পান। তাঁহারা ফিরিয়া আসিয়া বৈকাল পর্য্যন্ত অধ্যয়নাদি করিবেন; বৃথা আলাপন বা নিদ্রায় বা ভ্রমণে সময় নষ্ট করিবেন না।

অপরাহ্ন ও সায়াহ্ন কৃত্য।

১২। বিদ্যালয় হইতে ফিরিয়া আসিয়া পুস্তকাদি যথা স্থানে রাখিয়া, হস্ত, পদ, মুখ প্রক্ষালন ও যৎকিঞ্চিৎ জলযোগ।

১৩। বিশ্রাম করিয়া (এই সময় পড়ার সহজ সহজ কিছু কিছু কার্য্য করিবেন যথা Home Exercise, Hand writing ইত্যাদি)। সূর্য্যাস্তের পূর্ব্বেই ২৪ মিনিট ব্যায়াম করিয়া, ২৪ মিনিট বিশ্রাম করিয়া, স্নান করিবেন।

১৪। সূর্য্যাস্তের পরই ভগবদারাধনা (ভগবানের ধ্যানাদিও যার যার ধর্ম্মগ্রন্থ পাঠ ইত্যাদি) আরম্ভ করিবেন।

রাত্রি কৃত্য।

১৫। রাত্রি ৯॥ টা পর্য্যন্ত অধ্যয়ন।

১৬। তার পর লঘু অথচ পুষ্টি কর অল্প কিছু আহার করিয়া, আধ ঘণ্টা বিশ্রামের পর, শয়ন।

১৭। ৫।৬ ঘণ্টার বেশী নিদ্রা যাইবেন না। এইরূপে ছাত্রগণ দিবা নিশি নিজ দেহ, মনও আত্মার কল্যাণার্থে নিরলস ভাবে পরিশ্রম করিয়া বিদ্যা, স্বাস্থ্য ও ধর্ম্ম অর্জ্জন পূর্ব্বক সংসারক্ষেত্রে যথারীতি কার্য্য করিবার জন্য প্রস্তুত হইবেন। ছাত্র জীবনে বিবাহ করিবেন না। অধ্যয়ন শেষ করিয়া বিবাহ করিবেন। যদি কেহ জ্ঞানার্জ্জনে বা অন্য কোন হিতকর কার্য্যে জীবন অতিবাহিত করিতে ইচ্ছা করেন, তিনি অবিবাহিত ও থাকিতে পারেন। সব দেশেই এইরূপ বিধান আছে; ঋষি পূজিত ভারতেও ইহার উৎকৃষ্ট বিধান রহিয়াছে।

ব্রহ্মচর্য্য।

ব্রহ্মচর্য্যের স্বরূপ।

আজ তুমি ষষ্ঠ কি অষ্টম বৎসরের বালক। ঊর্দ্ধে অগণিত মণি-নক্ষত্র, গ্রহ, চন্দ্র, সূর্য্য; নিম্নে শস্য-শ্যামলা ধরণী, রজত-ধারা স্রোতস্বতী, অত্যুচ্চ গিরিশৃঙ্গ, প্রশান্ত-বারিধি আর কত শত নর নারী তোমার নয়নপথে আপনি আসিয়া পড়িতেছে।

তোমার মন সর্ব্বদাই এটা কি, ওটা কি জানিবার জন্য ব্যস্ত। মন স্বতই এখন সত্যানুসন্ধানে যাবতীয় পদার্থের দিকে ধাবিত হইতেছে। ঐ সমুদায়ের সত্য জ্ঞানই তোমার অধ্যয়ন অধ্যাপনার সঙ্গে সঙ্গে বর্দ্ধিত হইয়া তোমাকে বিদ্যাবান্ করিবে। তাই অধ্যয়নই তোমার মুখ্য লক্ষ্য।

ছাত্রাণাং অধ্যয়নং তপঃ।

শারীর ও মানস শক্তি সম্যক্ বিকশিত না হইলে তোমার ঐ অধ্যয়ন-তপস্যা কিছুতেই ফলবতী হইবে না।

তাই নিয়মের বেড়া দিয়া, তপশ্চর্য্যার শৃঙ্খলে শরীর ও মন বাঁধিয়া, উহাদের প্রকৃতি অটুট রাখিয়া, অধ্যয়ন-পরায়ণ হইতে হইবে। ইহাই তোমার ধর্ম্ম, ইহাই তোমার কর্ম্ম।

কিন্তু নিয়মের বাঁধনে, সমান ভাব সংযোগে, তোমার প্রকৃতির সাম্যাবস্থা রক্ষিত এবং বর্দ্ধিত না হইলে, হ্রাস অবশ্য-ম্ভাবী।

তুমি সৎ হইবে। সমান সৎভাব, সৎ কর্ম্ম, তোমার সৎ-প্রকৃতির সহিত সংযোগ কর। সমানে সমান মিলিত হইয়া, তোমার সৎ হইবার ইচ্ছার সঙ্গে সৎকর্ম্ম ও ভাবের সংযোজনে, তোমার সৎগুণ বর্দ্ধিত হইবে। এখানে কেহই কাহাকেও পরাজিত করিতে পারিল না—শরীর ও মনের সাম্যাবস্থা অটুট রহিল—তোমার সৎপ্রকৃতি বাড়িতে লাগিল।

তুমি বিদ্যাবান্ হইবে ; তাই সমান সংযত ভাব ও কর্ম্ম ঐ বিদ্যালাভ-চেষ্টার সঙ্গে সংযোজিত হইলে, বিদ্যালাভানুকূল শারীর ও মানস তপ তোমাকে বিদ্যাবান্ করিবে। সমানে সমান মিলিত হইলেই সেই সৎপ্রকৃতির বৃদ্ধি হয়। একে একে দুই হয় (১+১=২)।

কিন্তু অসমান ভাবসংযোগ হ্রাসের কারণ। বিদ্যালাভচেষ্টার সঙ্গে সমান সংযত ভাব ও কর্ম্ম সংযোজন না করিয়া অসমান বা বিরুদ্ধ ভাব ও কর্ম্ম—কদাচার, কুচিন্তা, বিলাসিতা, কুপঠন ইত্যাদি—সংযুক্ত হইলে, বিদ্যালাভ আর হইবে না। সমান একের সঙ্গে অসমান একের সংযোগে সমষ্টি দুই না হইয়া, শূন্যে পরিণত হয়। (১+ (—১))=০

তাই ঋষি বলিয়াছেন প্রকৃতি বর্দ্ধনশীলা। আজ ঐ যে অঙ্কুরিত অশ্বত্থ বৃক্ষটী দেখিতেছ, কাল দেখিবে উহা কিঞ্চিৎ নব

বর্দ্ধিত হইয়াছে। কোন প্রকার বাধা প্রাপ্ত না হইলে ঐ অঙ্কুরই কালে শাখা-পল্লব-পত্রে ভূষিত হইয়া গগনের দিকে ধাবমান হইবে।

সাম্যাবস্থাই বৃদ্ধির কারণ। অঙ্কুরটী যেমনি মৃত্তিকা ভেদ করিয়া বাহির হইয়াছিল, তেমনই রহিল—পাথর চাপাও পড়িল না, কীট দষ্টও হইল না। প্রতিকূল বিঘ্ন উপস্থিত না হওয়ায় অনুকূল শক্তি ও উপাদান সংযোগে ঐ অঙ্কুরের সাম্যাবস্থা বা সমানতার বৃদ্ধি সম্পাদন হইয়াছে।

ঋষিপ্রোক্ত এই ব্রহ্মচর্য্য পন্থাও দেহীকে আশৈশব দৈহিক, মানসিক ও আত্মিক অন্তরায় হইতে রক্ষা করিয়া, ত্রিবিধ অনুকূল ভাব সংযোগে তাহার সাম্যাবস্থার বা সমানতার বৃদ্ধি সাধন করে।

প্রতিকূল বিঘ্ন যতই বর্দ্ধিত হইবে অনুকূল শক্তি-প্রভাব ততই হ্রাস প্রাপ্ত হইয়া তোমার সাম্যাবস্থার বিপর্য্যয় ঘটাইবে।

চরক বলিয়াছেন—

সর্ব্বদা সর্ব্বভাবাণাং সামান্যং বৃদ্ধিকারণম্।
হ্রাসহেতুর্বিশেষশ্চ প্রবৃত্তিরুভয়স্য তু॥

দ্রব্যাদিগের সমানতাই তাহাদের বৃদ্ধির এবং অসমানতাই তাহাদিগের হ্রাসের কারণ। জগতে বৃদ্ধি ও হ্রাস উভয়ই ঘটিয়া থাকে। (সামান্য=সমানতা; বিশেষ=বিভিন্নতা)।

কিন্তু তুমি কর্ম্মক্ষম মানব—প্রতিকূল ও অনুকূল শক্তির অপসারণ ও অনুসরণে সম্পূর্ণ সক্ষম। শুধু প্রাণন কার্য্য সম্পাদনার্থ আহার, নিদ্রা ও ব্যায়ামাদির অনুষ্ঠানেই তোমার নিজকে কত তৎপর হইতে হয়!

আর যদি মনুষ্যত্ব লইয়া জীবিত থাকিতে চাও তাহা হইলে শারীরিক, মানসিক ও আত্মিক সাম্য বিধানের জন্য আপ্তোপদেশ অনুসরণ অর্থাৎ ব্রহ্মচর্য্য ব্রতানুষ্ঠান করিতে তোমাকে কতই না তৎপর হইতে হইবে। জীবন (আয়ু) ও এই অনুষ্ঠান, মৃত্যু ও এই অনুষ্ঠান! হিতানুষ্ঠান কর সাম্যাবস্থা বর্দ্ধিত হইয়া জীবন সুখময় হইবে; অহিতানুষ্ঠানে, সাম্যাবস্থার হ্রাস হেতু জীবন্ ধ্বংসের মুখে ধাবিত হইবে। শ্রীকৃষ্ণ গীতাতে বলিয়াছেন—

নিয়তং কুরু কর্ম্ম ত্বং কর্ম্ম জ্যায়োহ্যকর্ম্মণঃ।
শরীরযাত্রাপি চ তে ন প্রসিধ্যেদকর্ম্মণঃ॥

—৩ অঃ। ৮॥

কুরু কর্ম্মৈব তস্মাত্ত্বং পূর্ব্বৈঃ পূর্ব্বতরম্ কৃতম্॥

—৪ অঃ ১৫॥

মনু বলিয়াছেন—

তপোমূলমিদং সর্ব্বং দৈবং মানুষকং সুখম্।
তপোমধ্যং বুধৈঃ প্রোক্তং তপোহন্তং বেদদর্শিভিঃ॥

—১১ অঃ। ২৩৫॥

ঋষয়ঃ সংযতাত্মানঃ ফলমূলানি াশনাঃ।
তপসৈব প্রপশ্যন্তি ত্রৈলোক্যং সচরাচরম্॥

—১১ অঃ। ২৩৬॥

তুমি নিয়তই কর্ম্মানুষ্ঠান কর, কর্ম্ম ত্যাগ অপেক্ষা কর্ম্মই শ্রেষ্ঠ, কর্ম্ম পরিত্যাগ করিলে তোমার শরীরযাত্রাও নির্ব্বাহ হইবে না ... ... অতএব তুমিও প্রথমে প্রাচীনতম দিগের অনুষ্ঠিত কর্ম্ম অনুষ্ঠান কর।

মনু বলিয়াছেন :—

দেবতা ও মনুষ্যের যে সুখ সম্পত্তি তাহার কারণ,উৎপত্তির কারণ, স্থিতির কারণ ও অবধির অর্থাঃ পরিসমাপ্তির কারণ—তপ, বেদজ্ঞেরা ইহা কহিয়াছেন।

ঋষিরা কায়মনোবাক্যে সংযত হইয়া ফলমূল ও বায়ু ভক্ষণ করত যে তপস্যানুষ্ঠান করেন, তদ্দ্বারা এক স্থানস্থিত হইয়াও সচরাচর ত্রৈলোক্য দেখেন।

ত্রিকালজ্ঞ ঋষিগণ দেহিগণের সাম্যাবস্থার রক্ষণ ও বর্দ্ধন কল্পে ভারতকে এই ব্রহ্মচর্য্য-চিন্তামণি প্রদান করিয়া গিয়াছেন। যাহাতে ইন্দ্রিয় ও মন অনুপহত থাকিয়া প্রকৃতিস্থ থাকে ব্রহ্মচর্য্যই সেই তপ।

শ্রীকৃষ্ণ গীতাতে বলিয়াছেন—তপ ত্রিবিধ—

দেবদ্বিজগুরুপ্রাজ্ঞপূজনং শৌচমার্জ্জবম্।
ব্রহ্মচর্য্যমহিংসা চ শারীরং তপ উচ্যতে॥১৭অঃ।১৪॥

অনুদ্বেগকরং বাক্যং সত্যং প্রিয়হিতঞ্চ যৎ।
স্বাধ্যায়াভ্যসনং চৈব বাঙ্ময়ং তপ উচ্যতে ॥১৭অঃ।১৫॥
মনঃপ্রসাদঃ সৌম্যত্বং মৌনমাত্মবিনিগ্রহঃ।
ভাবসংশুদ্ধিরিত্যেতত্তপো মানসমুচ্যতে ॥ ১৭ অঃ।১৬ ॥

—দেব, দ্বিজ, গুরু ও প্রাজ্ঞ ব্যক্তির পূজা, শুচিতা, ঋজুতা, ব্রহ্মচর্য্য ও অহিংসা শারীরিক তপ।

অভয়, সত্য, প্রিয় ও হিতকর বাক্য এবং বেদাভ্যাস বাঙ্ময় তপ।

চিত্তশুদ্ধি, অক্রূরতা, মৌন, আত্মনিগ্রহ ও ভাবশুদ্ধি মানসিক তপ॥

ব্রহ্মচর্য্যের স্বরূপ দ্বাদশটী—

ধর্ম্মাদয়ো দ্বাদশ যস্য রূপ-
মন্যানি চাঙ্গানি তথা বলঞ্চ।
আচার্য্যযোগেন ফলতীতি চাহু
র্ব্রহ্মার্থ যোগেন চ ব্রহ্মচর্য্যম্॥

—উদ্যোগ, ৪৩ অঃ ॥ ম, ভা ॥

ধর্ম্মশ্চ সত্যঞ্চ তপো দমশ্চ
অমাৎসর্য্যং হ্রীস্তিতিক্ষানসূয়া।
দানং শ্রুতঞ্চৈব ধৃতিঃ ক্ষমা চ
মহাব্রতা দ্বাদশ ব্রাহ্মণস্য ॥

—উদ্যোগ, ৪৪ অঃ ॥ ম, ভা ॥

ধর্ম্ম, সত্য, তপ, দম, অমাৎসর্য্য, লজ্জা, তিতিক্ষা, অনসূয়া, দান, শাস্ত্র, ধৈর্য্য ও ক্ষমা—এই দ্বাদশটী ব্রহ্মচর্য্যের স্বরূপ।

আসন ও প্রাণায়ামাদি ধর্ম্মাঙ্গ সকল ব্রহ্মচর্য্যের বল।

আচার্য্যের সাহায্য ও বেদার্থপ্রতিপত্তি দ্বারা ব্রহ্মচর্য্য ফলিত হইয়া থাকে।

বিদ্যার্থী এক কালে পতঞ্জলি মুনি-প্রোক্ত যম ও নিয়ম, উভয়ই সাধন করিবে—ইহাই ব্রহ্মচর্য্য।

যমান্ সেবেত সততং ন নিত্যং নিয়মান্ বুধঃ।
যমান্ পতত্যকুর্ব্বাণো নিয়মান্ কেবলান্ ভজন্॥

—মনু, অঃ ৪, ২০৪॥

—সর্ব্বদা যমেরই সেবা করিবে,কেবল নিয়ম লইয়া থাকিবে না। যমের সেবা পরিত্যাগ করিয়া কেবল নিয়মের সেবা করিলে পতিত হয়। অতএব পণ্ডিতেরা যম ও নিয়ম উভয়েরই সেবা করিয়া থাকেন।

যম পাঁচ প্রকার—

অহিংসাসত্যাস্তেয়ব্রহ্মচর্য্যাপরিগ্রহা যমাঃ॥

—পাতঞ্জল, সাধনপাদ, ৩০॥

নিয়ম পাঁচ প্রকার—

শৌচসন্তোষতপঃস্বাধ্যায়েশ্বরপ্রণিধানানি নিয়মাঃ॥

—ঐ, ঐ, ৩২॥

যে শিক্ষা তপস্যা, বিদ্যা এবং সংযম, শারীরিক, মানসিক

এবং আত্মিক উন্নতি বিধান করিয়া মানবজীবনের বহুলক্ষ্য সমূহের প্রত্যেকটীতে প্রতিষ্ঠিত করিতে পারে এবং ঐ বহুবিধ লক্ষ্য কেন্দ্রীভূত করিয়া পরিণামে সেই নিত্য-বুদ্ধ সত্য আদর্শো-ন্মুখী করে তাহাই ব্রহ্মচর্য্য।

ব্রহ্মচর্য্যই মানবকে প্রকৃত:কর্ত্তব্যপরায়ণ শিষ্য, পুত্র, ভর্ত্তা, জনক, গৃহকর্ত্তা এবং বন্ধুর পদে বরণ করে।

ব্রহ্মচর্য্যই মনুষ্যত্বের দ্বার স্বরূপ। ব্রহ্মচর্য্যই চিন্তামণি।

আকাঙ্ক্ষার্থস্য সংযোগাদ্রসভেদার্থিনামিব।

এবং হ্যেতৎ সমাজ্ঞায় তাদৃগ্‌ভাবং গতা ইমে॥

ম, ভা, সনৎসুজাতীয়াধ্যায়ঃ।

ব্রহ্মচর্য্য চিন্তামণি। চিন্তামণি যেরূপ আকাঙ্ক্ষিত ফল প্রদান করে, সেইরূপ ব্রহ্মচর্য্য যে কোন আকাঙ্ক্ষার সহিত সংযোজিত হয় সেই সেই আকাঙ্ক্ষিত বস্তুই প্রদান করে। ব্রহ্মচর্য্যের এই স্বরূপ অবগত হইয়াই দেবগণ ব্রহ্মচর্য্য অবলম্বন করিয়াছিলেন।

সনৎসুজাত তাই ধৃতরাষ্ট্রকে বলিয়াছেন—

এবং বসন্ সর্ব্বতো বর্দ্ধতীহ
বহূন্ পুত্রাঁল্লভতে চ প্রতিষ্ঠাম্।
বর্ষন্তি চাস্মৈ প্রদিশো দিশশ্চ
বসন্ত্যস্মিন্ ব্রহ্মচর্য্যে জনাশ্চ॥

ম, ভা, উদ, ৪৪ অঃ।

এতেন ব্রহ্মচর্য্যেণ দেবা দেবত্বমাপ্নুবন্।
ঋষয়শ্চ মহাভাগা ব্রহ্মলোকং মনীষিণঃ॥

—॥ ঐ ঐ ॥

গন্ধর্ব্বাণামনেনৈব রূপমপ্সরসামভূৎ।—॥ ঐ ॥

য আশ্রয়েৎ পাবয়েচ্চাপি রাজন্
সর্ব্বং শরীরং তপ্যমানঃ তপসা।
এতেন বৈ বাল্যমভ্যেতি বিদ্বান্
মৃত্যুং তথা স জয়ত্যন্তকালে॥

॥ ঐ ঐ ॥

—যিনি এইরূপ ব্রহ্মচর্য্যের অনুষ্ঠান করেন, তিনি সর্ব্বপ্রকারে পরিবর্দ্ধিত হইয়া বহুপুত্র ও প্রতিষ্ঠালাভ করিয়া থাকেন। নানা দিগ্‌দেশস্থ ব্যক্তি তাঁহাকে অর্থ প্রদান করে ও অনেকে তাঁহার দৃষ্টান্তানুসারে ব্রহ্মচর্য্য অবলম্বন করিয়া থাকে।

ব্রহ্মচর্য্য প্রভাবে দেবগণ দেবত্ব ও মনীষী মহর্ষিগণ ব্রহ্মলোক লাভ করিয়াছেন।

অপ্সরা ও গন্ধর্ব্বগণ ব্রহ্মচর্য্য প্রভাবে সৌন্দর্য্য প্রাপ্ত হইয়াছেন।

যিনি তপোনুষ্ঠান পরায়ণ হইয়া ব্রহ্মচর্য্য আশ্রয় করিয়াছেন, তাঁহার শরীর পবিত্র, তিনি রাগদ্বেষ পরিত্যাগ করিতে সমর্থ এবং অন্ত্যকালে মৃত্যু জয় করিয়া থাকেন॥

বুদ্ধদেব বলিয়াছেন—

অচরিত্বা ব্রহ্মচরিয়ং অলদ্ধা যোব্বনে ধনম্।
জিন্ন কোঞ্চোহব ঝায়ন্তি ক্ষীণমচ্ছেহব পল্ললে॥

—ধম্মপদম্।

"ব্রহ্মচর্য্য আচরণ না করে যে জন,
যৌবনে না করে যেই ধন উপার্জ্জন।
সত্বর বিনাশ প্রাপ্ত হয় সেই জন,
মৎস্যহীন জলাশয়ে ক্রৌঞ্চের মতন॥"

পতঞ্জলি মুনি বলিয়াছেন—

ব্রহ্মচর্য্য প্রতিষ্ঠায়াং বীর্য্যলাভঃ॥

চরকসংহিতায় আছে—

ব্রহ্মচর্য্য-জ্ঞান-দান-মৈত্রী-কারুণ্য- হর্ষ-কৃত্যা
প্রশমপরঃ স্যাৎ॥

—ব্রহ্মচর্য্য, জ্ঞান, দান, মৈত্রী, কারুণ্য ও হর্ষোৎপাদন দ্বারা শান্তি পরায়ণ হইবে।

ব্রহ্মচর্য্যমায়ুষ্যকরাণাম্।

—চ, সং॥

আয়ুষ্কর পদার্থের মধ্যে ব্রহ্মচর্য্যই শ্রেষ্ঠ।

তত্রাহিংসা প্রাণিনাং প্রাণবর্দ্ধনানাং, উৎকৃষ্টতমম্
বীর্য্যং বলবর্দ্ধনানাম্, বৃষ্যং বৃংহনানাম্।

ইন্দ্রিয়জয়ো নন্দনানাম্। তত্ত্বাববোধো হর্ষণানাম্।
ব্রহ্মচর্য্যময়নানামিত্যায়ুর্ব্বেদবিদো মন্যন্তে ॥

—চ. সং ॥

অহিংসা—প্রাণবর্দ্ধনের সর্ব্বোৎকৃষ্ট উপায়।
বীর্য্য সংরক্ষণ—বলবর্দ্ধনের সর্ব্বোৎকৃষ্ট উপায়।
বিদ্যা—শ্রেষ্ঠ মহত্বজনক পদার্থ।
ইন্দ্রিয় জয়—শ্রেষ্ঠ আনন্দবর্দ্ধক উপায়।
তত্ত্বজ্ঞান—প্রধান হর্ষজনক উপায়।
ব্রহ্মচর্য্যই—উৎকৃষ্টতম সাধন পথ।

বিদ্যার্থং ব্রহ্মচারী স্যাৎ ॥

শুক্রনীতিঃ।

ব্রহ্মচর্য্যমুষতুঃ ॥

ছান্দোগ্যোপনিষৎ।

পাশ্চাত্য আদর্শে শিক্ষিত সংস্কারকগণ ব্রহ্মচর্য্য অর্থাৎ শারীর, মানস এবং আত্মিক তপঃসাধনকে ব্যক্তিগত স্বাধীনতার বিঘ্নকারী বলিয়া উপেক্ষা করেন। স্বাধীন কে? যিনি প্রবৃত্তির ক্রীড়নক তিনিও কি স্বাধীন বলিয়া গর্ব্ব রাখেন? দেহ এবং মনকে প্রবৃত্তির লীলাক্ষেত্র ক'রয়া কেহ কখনও কি শান্তি পাইয়াছেন? প্রবৃত্তি সৎ ও অসৎ। সৎ ও অসতের সংমিশ্রণেই মানবের মন ও দেহ। স্বাধীনতা মানে যদি যথেচ্ছাচার হয়—যখন সৎপ্রবৃত্তির উদয় হইল তখন তাহাতেই মুগ্ধ হইলাম

আর যখন অসৎ প্রবৃত্তি চালনা করিল তখন সেই স্রোতেই গা ঢালিয়া দিলাম আর গীতা হইতে শ্লোক আবৃত্তি করিলাম—'ত্বয়া হৃষীকেশ হৃদি স্থিতেন যথা নিযুক্তোঽস্মি তথা করোমি'। —তবে তোমার স্বাধীনতা কোথায়? তুমি ত বাজিকরের ক্রীড়া পুত্তলি, কুপ্রবৃত্তির সেবাদাস। তোমাতে আর পশুতে প্রভেদ কি? তুমি বলিবে—"আমি স্বাধীন। মন্বাদি লিখিত হাত-পা-বাঁধা নিয়মের নিগড়ে আমি বদ্ধ হইব না। এটা খাইবে না ওটা খাইবে, এ গন্ধ সেবন করিবে না ও গন্ধ সেবন করিবে, এ দিকে চাহিবে না ও দিক চাহিবে—অত কড়া কড়ি নিয়ম সাধনায় আমার মনের ও ইন্দ্রিয়ের শক্তি লোপ পাইবে। মোটামুটি কথা আমি সৎপ্রবৃত্তির অনুসরণ করিব, অসৎ পথে যাইব না।" তোমার সৎ প্রবৃত্তি অনুসরণের সঙ্কল্প যদি সরল এবং প্রবল হয়, যদি কায়মনোবাক্যে সেই সঙ্কল্প রক্ষণে যত্নবান্ হও, তাহা হইলে দেখিতে পাইবে তুমি উত্তরোত্তর ঐ শারীরিক, মানসিক এবং আত্মিক তপস্যার সম্মুখীন হইতেছ। তখন দেখিবে প্রবৃত্তিকে সৎপথে রাখিতে হইলে, শারীরিক সুস্থতা আবশ্যক—মানসিক সংযমের প্রয়োজন—ভগবৎ-কৃপাভিক্ষাই সকলের মূল। যাঁহারা প্রথমে সরল বিশ্বাসপ্রণোদিত হইয়া সত্যানুসরণে প্রবৃত্ত হইয়াছিলেন, আচার নিয়মের কথা শুনিয়া যাঁহারা চমকিয়া উঠিতেন, তাঁহাদের অনেককেই পরিণামে সেই আচার নিয়মের গণ্ডীর ভিতরে আসিয়া পড়িতে দেখা গিয়াছে। যিনি অসৎ প্রবৃত্তি মন হইতে আমূল উৎপাটিত করিয়া সৎ

প্রবৃত্তির সম্যক্ পরিচালনায় সক্ষম তিনিই স্বাধীন। সৎ এবং অসৎ এই উভয়ের উপরেই যাঁহার স্বাধিকার তিনিই স্বাধীন। প্রবৃত্তির তিনি দাস নহেন, প্রবৃত্তিই তাঁহার দাসী। তিনিই নিবৃত্তিপন্থী॥

ব্রহ্মচর্য্যারম্ভ।

মানব জীবনে একদশার পর আর এক দশা আসিয়া উপনীত হয়। শৈশবের পর বাল্য—বাল্যের পর কৈশোর—কৈশোরের পর যৌবন—এইরূপে প্রৌঢ়ের পর বার্দ্ধক্যের শুভ্রকেশ।

এক এক দশার এক এক ধর্ম্ম—শৈশবের ধর্ম্ম কাঁদা, হাত, পা নাড়া, খাওয়া, ঘুমান; বাল্যের ধর্ম্ম চপলতা এবং খেলা; কৈশোর এবং যৌবনের ধর্ম্ম শারীরিক ও মানসিক বৃত্তির উন্মেষের সঙ্গে সঙ্গে সত্যজ্ঞান-স্পৃহা; শরীর ও মনকে এক জ্ঞান-স্পৃহায়, এক আব্রহ্ম-স্তম্ব-বিশ্ব-বিকাশ-জ্ঞানদাত্রী অধ্যয়ন অধ্যাপনায় ঢালিয়া দেওয়া; শরীর ও মনকে এক জ্ঞান-যজ্ঞে আহুতি দেওয়া। ইহাই কৈশোর ও যৌবনের ধর্ম্ম, ইহাই শারীর ও মানস তপ। এই শারীর ও মানস তপই ব্রহ্মচর্য্য। তাই ব্রহ্মচর্য্যই কৈশোর ও যৌবনের ধর্ম্ম।

বালকের শরীর ও মনকে ঐ সত্যজ্ঞান-দাতৃ-অধ্যয়ন

পরায়ণ করিবার জন্য মাতা আশৈশব পঞ্চম বর্ষ পর্য্যন্ত, পিতা পঞ্চম হইতে অষ্টম বর্ষ পর্য্যন্ত শিক্ষা বিধান করিয়া থাকেন।

পিতা, মাতা ও আচার্য্যগণের সন্তানদিগকে উত্তম বিদ্যা-শিক্ষা, সদ্গুণ, সৎকর্ম্ম এবং সৎ স্বভাব রূপ ভূষণে ভূষিত করা মুখ্য কর্ম্ম।

অষ্টম বর্ষে উপনয়ন সংস্কারান্তে, পিতা মাতা পূর্ণ বিদ্যাযুক্ত, ধার্ম্মিক আচার্য্য বা অধ্যাপকের নিকট বালককে প্রেরণ করিবেন।

আচার্য্য, আজকালকার মত যথেচ্ছাচারী, যথেচ্ছসেবী, বিলাসপরায়ণ, ডিপ্লোমাধারী হইলে চলিবে না। বালককে যথার্থ বিদ্যাশিক্ষা দিতে হইলে, এবং ঐ বিদ্যা শুধু প্রবৃত্তির আবর্ত্তে না ঘুরাইয়া, শুধু প্রবৃত্তি চরিতার্থতার জন্য নিয়োজিত না করিয়া, প্রকৃতিতে শুধু রূপ মাধুর্য্য উপলব্ধি ও আস্বাদন-স্পৃহা না ফুটাইয়া, যদি ঐ বিদ্যা, ঐ জ্ঞান, এই বিশ্ববিকাশে এক কল্যাণ ভাব, এক মাঙ্গলিক ভাব, সেই এক জগন্মঙ্গল পুরুষের সত্তোপলব্ধির ভাব না ফুটাইয়া দেয়, তবে সেই বিদ্যায় ব্যক্তিগত এবং জাতিগত ধ্বংস সাধন ব্যতীত আর কি হইতে পারে ?

আজ কাল আমরা পাশ্চাত্য বিদ্যালাভ করিতেছি এবং সম্ভোগ-বহুল আবর্ত্তে পড়িয়া,রূপের আগুনে পুড়িয়া মরিতেছি। আপাতমধুর, নয়নাভিরাম কতই না আমাদের প্রবৃত্তিকে উধাও করিয়া লইয়া ফিরিতেছে। যে সৌন্দর্য্য দর্শনে

আমাদের সম্ভোগ-বাসনা বলবতী হয়, সেই সৌন্দর্য্যদর্শনে শুকদেব সত্যং শিবং সুন্দরম্ গাহিয়া কতই না প্রেমাশ্রু বিসর্জ্জন করিতেন।

যে রূপে তোমার মোহ হয়, সেই রূপে তাঁহার প্রেমোন্মাদনা হইত। যে রসে, যে গন্ধে, যে স্পর্শে, যে শব্দে তোমার চিত্ত-চাঞ্চল্য উপস্থিত হয়, সেই রসে, সেই গন্ধে, সেই স্পর্শে এবং সেই শব্দে পূর্ণ বিগ্যাবানের আত্মার স্বরূপ, সেই অনাদি পুরুষের সত্তার স্ফুরণ হয়।

তুমি বলিবে এ ত শুধু ভাবের পার্থক্য, ইহার ব্যবহারিক জগতে কি সার্থকতা আছে? ভাবনা হইতে সংকল্প এবং সঙ্কল্প হইতেই সিদ্ধি।

"যাদৃশী ভাবনা যস্য সিদ্ধির্ভবতি তাদৃশী।"

তোমার ভাবনা বিদ্যুৎ শক্তি (Electricity) করায়ত্ত করিয়া তাহা তোমার যানে, তোমার মেসিনে, নিয়োজিত করিবে; তোমার বিলাস-গৃহ সজ্জিত করিবে। এত শুধু প্রবৃত্তির খেলা। দ্রুতগামী যান তোমাকে বাণিজ্যে ধনবান্ করিবে; তোমার মেসিনের কার্য্যকরী শক্তি শত গুণ বর্দ্ধিত হইয়া তোমাকে ধনবান্ করিবে; সে ধন দ্বারা তুমি সুচারুরূপে তোমার বাসগৃহ ইন্দ্রের অমরাপুরীর ন্যায় সাজাইবে; প্রবৃত্তির চিড়িয়াখানা করিবে। পরিণাম—ঐ প্রবৃত্তির অযথা পরিচালনে অকাল-ধ্বংস। [illegible] প্রবৃত্তির সেবা দর্শনীয়—

শুধু প্রকৃতির রূপমাধুর্য্য। সিদ্ধি—প্রবৃত্তির ভোগ, আর পূর্ণ সিদ্ধি—ধ্বংসে।

আর যিনি পূর্ণবিদ্যাবান্ তাঁহার ভাবনা ও সিদ্ধি উভয়ই পৃথক্। বিদ্যুৎ শক্তি সেই নিত্য পুরুষেরই শক্তি-বিকাশ। তাই বিদ্যুৎ শক্তির স্বরূপ অবগত হওয়া—তাই জানা কি প্রয়োজনে ইহা নিয়োজিত হইতে পারে। হউক যানে, হউক বাণিজ্যে, হউক বাসগৃহ-সজ্জায় ইহা—সততই তাঁহাকে সেই অনন্তপুরুষের কথা স্মরণ করাইয়া তাঁহার প্রবৃত্তিকে এক বশী-করণ মন্ত্রে আয়ত্ত করিতে দেয়। প্রবৃত্তির উপর এ কঠিন শাসন। রূপমাধুর্য্যে তাঁহার চ'খ ঝ'লসে যায় না। তিনি ঐ রূপমাধুর্য্যের ভিতর দিয়া সেই রূপের খনি, জ্যোতির্ম্ময় পুরুষ দর্শন করেন। সিদ্ধি—শান্তি, সিদ্ধি—নিত্যত্ব।

প্রকৃতিকে যে চ'খে দেখিলে রূপ মাধুর্য্যের সঙ্গে কল্যাণ ভাব সংযোজিত হয়, রূপে মোহ না বাড়াইয়া কল্যাণ ও মঙ্গল ভাব স্ফূর্ত্তি করায়, যে আচার্য্য বিদ্যার্থীর সেই জ্ঞানচক্ষু খুলিয়া দিতে পারেন তিনিই যথার্থ জ্ঞান-কাণ্ডারী, তিনিই যথার্থ বিদ্যাবান্, তিনিই উপযুক্ত আচার্য্য।

বিদ্যাবিলাসমনসো ধৃতিশীলশিক্ষাঃ
সত্যব্রতা রহিতমানমলাপহারাঃ।
সংসারদুঃখদলনেন সুভূষিতা যে
ধন্যা নরা বিহিতকর্ম্মপরোপকারাঃ॥

—"যাঁহাদিগের মন বিদ্যাবিলাসে তৎপর থাকে, যাঁহারা সুন্দর চরিত্র, সুস্বভাবান্বিত এবং সত্যবাদিত্বাদি নিয়ম পালনে রত থাকেন, যাঁহারা অপবিত্রতা রহিত হইয়া অন্যের মলিনতা নাশ করেন এবং যাঁহারা সত্যোপদেশ ও বিদ্যাদান করত সংসারী লোকদিগের দুঃখ দূর করিয়া সুন্দর বেদবিহিত কর্ম্মানুষ্ঠান দ্বারা সর্ব্বদা পরোপকারে রত থাকেন সেই নরনারীগণই ধন্য।"

যিনি তোমাকে অমন বিদ্যাদান করিবেন তিনি তোমাকে বাজাইয়া নিতে ছাড়িবেন কেন? তিনি দেখিবেন, তুমি ঐ বিদ্যা গ্রহণে সক্ষম কি না!

বয়ঃশীল-শৌচাচার-বিনয়-শক্তি-বল-মেধা-ধৃতি স্মৃতি-মতি-প্রতিপত্তিযুক্তং তনু-জিহ্বোষ্ঠ-দন্তাগ্রমৃজুবক্ত্রা-ক্ষিনাসং প্রসন্নচিত্ত-বাক্-চেষ্টং ক্লেশসহঞ্চ শিষ্যং উপনয়েৎ॥ সুশ্রুতসংহিতা।

—তিনি দেখিবেন তোমার বয়স, শীল, শৌর্য্য, আচার, বিনয়, শক্তি, বল, মেধা, স্মৃতি, মতি ও প্রতিপত্তি প্রশস্ত কি না; তোমার জিহ্বা, ওষ্ঠ ও দন্তাগ্র পাতলা কি না; তোমার মুখ, অক্ষি ও নাসা সরল কি না; তোমার চিত্ত, বাক্ ও চেষ্টা প্রসন্ন কি না; তুমি কষ্টসহিষ্ণু কি না—বিদ্যার্থী এইরূপ গুণসম্পন্ন হইলে আচার্য্য তাহাকে বিদ্যাদান করিবেন।

সত্যে রতানাং সততম্
দান্তানামূর্দ্ধরেতসাম্।
ব্রহ্মচর্য্যং দহেদ্রাজন্
সর্ব্বপাপান্যুপাসিতম্॥

সর্ব্বদা সত্যাচারে প্রবৃত্ত ও জিতেন্দ্রিয় এবং যাঁহাদিগের বীর্য্য অধঃস্খলিত না হয় তাঁহাদিগেরই ব্রহ্মচর্য্য সত্য হয় এবং তাঁহারাই বিদ্বান্ হইয়া থাকেন।

শতপথব্রাহ্মণ গ্রন্থ বলিয়াছেন—

মাতৃমান্ পিতৃমানাচার্য্যবান্ পুরুষো বেদ।

প্রথম মাতা, দ্বিতীয় পিতা এবং তৃতীয় আচার্য্য—এই তিন উত্তম শিক্ষক লাভ হইলেই মনুষ্য জ্ঞানবান্ হইয়া থাকেন।

যে সন্তানের মাতা ও পিতা ধার্ম্মিক এবং বিদ্বান্, সে সন্তান অতি ভাগ্যবান্ এবং তাহার কুল ধন্য।

সনৎসুজাত মহারাজ ধৃতরাষ্ট্রকে বলিয়াছেন—

কালেন পাদং লভতে তথার্থং
ততশ্চ পাদং গুরুযোগতশ্চ।
উৎসাহযোগেন চ পাদমৃচ্ছেৎ
শাস্ত্রেণ পাদঞ্চ ততোঽভিযাতি॥

ব্রহ্মচর্য্য বিদ্যা চতুষ্পদী—বিদ্যার (জ্ঞানের) প্রথম পাদ সদ্‌গুরু লাভ: দ্বিতীয় পাদ উৎসাহ যোগ অর্থাৎ বুদ্ধি-বিশেষের

প্রাদুর্ভাব; তৃতীয় পাদ কাল অর্থাৎ যে সময় বুদ্ধি পরিপক্ক হয় সেই সময়; চতুর্থ পাদ সহধর্ম্মীর সহিত তত্ত্ব বিচার। বিদ্যা এই প্রকারে পূর্ণতা প্রাপ্ত হয়।

ব্রহ্মচর্য্যের ক্রম।

ব্রহ্মচর্য্যের ক্রম ত্রিবিধ—উৎকৃষ্ট, মধ্যম ও সাধারণ। লক্ষ্য ভেদে ব্রহ্মচর্য্যের ক্রম-ভেদ হইয়া থাকে। যাঁহার যেরূপ সিদ্ধির প্রয়োজন, তাঁহাকে সেইরূপ ক্রম অবলম্বন করিতে হইবে।

ব্রাহ্মণের শিক্ষা ও সংযম (ব্রহ্মচর্য্য), ক্ষত্রিয়ের শিক্ষা ও শৌর্য্য সাধন হইতে পৃথক; বৈশ্যের শিক্ষা ও নৈপুণ্য সাধন শূদ্রের শিক্ষা ও রাজসেবা হইতে সম্পূর্ণ পৃথক। তাই ব্রহ্মচর্য্যের ক্রম-ভেদ। আবার ঐ ক্রমভেদেই ভারতের ব্রাহ্মণ, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য, শূদ্র এই চতুর্ব্যূহ শক্তির সৃষ্টি ও স্থিতি।

বর্ত্তমান শিক্ষা ও সমাজ সংস্কার, ভারতকে এক বর্ণে, এক জাতিতে পরিণত করিতে বহু দিন হইতে মহা উদ্যোগী; কিয়ৎ পরিমাণে ঐ উদ্যোগ সফলও হইয়াছে। কিন্তু ঐ শিক্ষা যদি সমগ্র ভারতকে ব্রাহ্মণত্বে পরিণত করিতে পারিত, তবে আর দুঃখ ছিল না। কারণ ব্রাহ্মণ স্বীয় প্রতিভা, জ্ঞান ও তপস্যা-প্রভাবে স্বধর্ম্ম রক্ষা করিতে প্রয়াসী হইলেই যে সংঘর্ষ উপস্থিত

হইত তাহা হইতেই আবার ঐ সমাজ-স্থিতিকরী শক্তিত্রয়ের (ক্ষাত্র, বৈশ্য, শূদ্র) আবির্ভাব হইত।

ঐ শিক্ষা যদি সমগ্র ভারতকে ক্ষত্রিয়ত্ব বা বৈশ্যত্বে পরিণত করিতে পারিত, তাহাতেও বিশেষ ক্ষতি ছিল না। ক্ষত্রিয়ও যখনই স্বীয় শৌর্য্য ও স্বাধিকার সংরক্ষণে প্রয়াসী হইতেন, তখনই যে বিপুল সংঘর্ষ উপস্থিত হইত, তাহাতে সমাজে পুনঃ ব্রাহ্মণ, বৈশ্য ও শূদ্রের প্রতিষ্ঠা হইত। কারণ স্বাধিকার অখণ্ড রাখিতে হইলেই ব্রাহ্মণের জ্ঞান, বৈশ্যের ধন ও শূদ্রের রাজসেবা ব্যতীত অন্য পন্থা নাই।

ঐ শিক্ষা যদি সমগ্র ভারতকে বৈশ্যত্বে পরিণত করিতে পারিত, তাহা হইলেও ধন-প্রাচুর্য্য তাহার সাম্রাজ্য-লিপ্সা বলবতী করিয়া তুলিত। এ ক্ষেত্রেও পুনঃ অপর শক্তিদ্বয়ের প্রতিষ্ঠার আবশ্যক হইত।

বর্ত্তমান শিক্ষা ও সংস্কার প্রভাবে সমগ্র ভারত এ পর্য্যন্ত উক্ত ত্রিবিধ একত্বের কোন একটীতেই উপনীত হয় নাই। অতএবই বুঝিতে হইবে যে সমগ্র ভারত শূদ্রত্বের দিকেই যেন গড়াইয়া যাইতেছে। বাস্তবিক ভারতের বর্ত্তমান অবস্থাও তাই। ব্রাহ্মণ, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য, শূদ্র সকলেই এক শ্ববৃত্তির জন্য লালায়িত। এই শূদ্রত্বের বিষময় ফল আমরা সকলেই ভোগ করিতেছি। ইহার পরিণাম চিন্তা করিলেও চিত্ত বিকল হয়। আর্য্য শূদ্রত্বের পরিণাম এত ভীষণ হইত না।

যে শিক্ষা শৈশবাবধি মানবকে ব্রাহ্মণ, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য এবং

শূদ্র অভিধানের উপযোগী করিতে পারে, সেই ব্রহ্মচর্য্য সাধন আবার কবে ভারতকে সেই শক্তিচতুষ্টয়ে প্রতিষ্ঠিত করিবে। ঋষি কথিত আশৈশব শিক্ষাপ্রণালীর নামই ব্রহ্মচর্য্য।

মনু বলিয়াছেন—

ষট্‌ত্রিংশদাব্দিকং চর্য্যং গুরৌ ত্রৈবেদিকম্ ব্রতম্।
তদর্দ্ধিকং পাদিকং বা গ্রহণান্তিকমেব বা॥ ৩ অঃ।১॥

বিদ্যার্থী অধ্যাপকের সঙ্গে একত্র বাস করিবে। ষট্‌ত্রিংশদ্বর্ষ ব্যাপিয়া ঋক্, যজুঃ, সাম এই বেদত্রয় অধ্যয়নরূপ ব্রতাচরণ করিবে কিম্বা অষ্টাদশ বর্ষ ব্যাপিয়া বেদত্রয় অধ্যয়ন করিবে।

অথবা নয় বৎসর ব্যাপিয়া বেদত্রয় অধ্যয়ন করিবে।

অথবা যাবৎ পরিমিত কালে ঐ বেদত্রয় অধ্যয়ন করিতে পারিবে তত কাল গুরুগৃহে অবস্থিতি করিয়া অধ্যয়ন করিবে। ইহাই ব্রহ্মচর্য্যের ক্রম-ভেদ।

তুমি বলিবে বিদ্যার্থী এই ব্রহ্মাণ্ডে যে যে পদার্থ আছে উহাদের সদসৎ জ্ঞানলাভ করিবে। বেদ এবং উপবেদ পাঠে তাঁহার সেই সমগ্র বিশ্ববিকাশ সম্বন্ধে সত্যজ্ঞান কিরূপ সম্ভব? ঋক্‌বেদ ত কতকগুলি দেবদেবীর স্তব স্তুতির সমষ্টি মাত্র। যজুর্ব্বেদও আনুষ্ঠানিক ক্রিয়া-কলাপাদির মন্ত্র। সামবেদ ত ভগবানের স্তুতি-গানমাত্র।

তুমি ভুল বুঝিয়াছ। আশৈশব 'বেদ কৃষকের গান', 'বেদ জড় প্রকৃতির উপাসনা', এইরূপ বহু ভ্রান্ত বাক্যে তোমার কর্ণ-পটহ ছিন্ন ভিন্ন হইয়াছে। তোমার মনে ঐ ছাঁচ বসিয়া গিয়াছে।

তুমি জান না যে বেদই জ্ঞান, বেদই সত্য, আবার বেদই ঐ জ্ঞানের প্রয়োগ, আবার বেদই ধর্ম্ম। এই আব্রহ্মস্তম্ব বিশ্ব-বিকাশে যে যে পদার্থ (ত্রয়স্ত্রিংশৎ দেবতা) * আছে ঋক্‌বেদ তৎসমূহেরই সত্যপ্রকাশ এবং বিশ্বধারক এই ত্রয়স্ত্রিংশৎ দেব-তাতে সেই নিত্য বুদ্ধ অনাদি পুরুষের সত্ত্বোপলব্ধির মন্ত্রাভি-ব্যক্তি। যজুর্ব্বেদ ঐ সত্যজ্ঞানের সত্য-প্রয়োগ। সামবেদ ঐ সত্যজ্ঞানলাভ ও সত্যজ্ঞানপ্রয়োগানুবর্ত্তী আত্মোন্নতি-পন্থা—সেই অনাদি, অনন্ত, বাঞ্ছাকল্পতরু, অখণ্ড-প্রেমখনি জগন্মঙ্গল পুরুষের উপাসনা। †

মন্ত্রদ্রষ্টা মহর্ষিগণের সুনির্ম্মল অব্যাহত চিত্তদর্পণে সত্য প্রতিফলিত হইয়াছিল। তাঁহারা গাহিয়াছেন যে, বিশ্বধারক এই ত্রয়স্ত্রিংশৎ দেবতা আছে; তাহাদিগকে এই ভাবে, এই চ'খে

---

* নিরুক্ত ১। ১৪,৫। শতপথব্রাহ্মণ ১৪।

† মনু বলিয়াছেন :—

ঋগ্বেদো দেবদৈবত্যো যজুর্ব্বেদস্তু মানুষঃ।

সামবেদঃ স্মৃতঃ পিত্র্যস্তস্মাত্তস্যাশুচির্ধ্বনিঃ॥ ৪অঃ,১২৪॥

দেখিলে, রূপে কল্যাণ ভাব সংমিশ্রণ করিয়া অগ্রসর হইলে, প্রকৃতি বিশ্লেষানুবর্ত্তী জ্ঞান, বিদ্যা লাভ করিয়া তুমি পাওয়ার মত কিছু পাইবে। আর শুধু প্রকৃতির বাহ্য রূপ লইয়া মাতিয়া থাকিলে ঐ রূপ-তৃষায় আপনি মরিবে। সেই চিকণ সভ্যতা কিছু স্থায়ী হইবার নহে। তাঁহারা দেখাইয়াছেন কি কি জ্ঞাতব্য বিষয় আছে এবং তাহার সত্য-স্বভাব বিশ্লেষণ করিবার কোন্ পন্থা মঙ্গলকর। তাই বেদ অনন্ত-সত্য-খনি। তাই বেদ মানবের মাথার মণি।

এই অনন্ত বিশ্ব তাঁহারই বিকাশ—এই জ্ঞানই প্রতিপদার্থে ঋষিগণের শ্রদ্ধা আকর্ষণ করিয়াছিল। শ্রদ্ধাবান্ হইয়া তত্তৎ পদার্থের স্বভাব ও স্বরূপ বিশ্লেষণ করিতে করিতে তাঁহারা সেই নিত্যপুরুষে গিয়া উপনীত হইয়াছেন (ঋগ্‌বেদ)। সেই জ্ঞানের কার্য্যে পরিণতিতেও (যজ্ঞসম্পাদনেও) সেই শ্রদ্ধা ও ভক্তি অবি-প্লুত ধারায় সেই অনন্ত পুরুষের দিকে ছুটিয়া গিয়াছে। তাই সেই ভক্তি-প্রস্রবণ সামগানে ফুটিয়া বাহির হইয়াছে।

ইহা প্রকৃতির পূজা নয়। ঐ ঐ পদার্থ সম্বন্ধে সত্য-প্রেরণার অভিব্যক্তি। ঐ মন্ত্রাদি হইতেই আমরা ঐ ঐ পদার্থের স্বরূপ ও স্বভাব জানিতে পারি।

ব্রহ্মচর্য্য সাধনের পন্থা-দ্বয়।

১। সত্য সাধন।

বিদ্যা সাধন।

২। তপঃ সাধন।

শারীরতপ—

আহার,-নিদ্রা,-ব্যায়াম,-

ও শৌচ,-সংযম।

মানসতপ বা মনঃসংযম।

আত্মিকতপ বা সাধন, ভজন।

ব্রহ্মচর্য্য সাধনের পন্থা।

১। সত্যের সাধনা।

সত্যই বিদ্যার্থীর মুখ্য লক্ষ্য। সত্য বলিতে আমরা সাধারণতঃ সত্যভাষণ, সত্যজ্ঞান, সত্যদর্শন ও সত্যনিষ্ঠা বুঝিয়া থাকি। সত্য—ধর্ম্ম ও কর্ম্ম, ভাব ও ভাষা, সমাজনীতি ও রাষ্ট্রনীতি, এক কথায় জল, স্থল ও অম্বর—আব্রহ্মস্তম্ব বিশ্ববিকাশ—উদ্ভাসিত করিয়া রহিয়াছে। বিদ্যার্থী তত্তৎ বিষয়ে সত্যদর্শনেচ্ছু হইবে।

সত্য কি? যিনি সমগ্র সত্যের আধার তিনিই একমাত্র সত্য। যাহা সহজ ও স্বাভাবিক, যাহা আজন্মকাল একই তন্ত্রে সাধা তাহাই সত্য। সত্য অনাদি, অনন্ত। "অসত্য মায়া মাত্র—সত্যের ক্ষণিক বিকার।"

ঋগ্বেদ কহিয়াছেন—

ঋতং সত্যং পরং ব্রহ্ম * * *

আবার উপনিষৎ গাহিয়াছেন—

সত্যং জ্ঞানং অনন্তং ব্রহ্ম ॥

তৈত্তিরীয় উপনিষৎ তিন সত্য করিয়া দিয়াছেন।

সত্যান্ন প্রমদিতব্যম্।

ধর্ম্মান্ন প্রমদিতব্যম্।

কুশলান্ন প্রমদিতব্যম্।

"প্রমাদ বশতঃ সত্য হইতে বিচ্ছিন্ন হইবে না। ধর্ম্ম হইতে বিচ্ছিন্ন হইবে না। আরোগ্য এবং বুদ্ধি হইতে বিচ্ছিন্ন হইবে না।"

বিশ্ববিকাশের প্রতি অণু পরমাণুতে সত্য নিহিত। ঐ যে অগ্নি, পৃথিবী, বায়ু, অন্তরীক্ষ, সূর্য্য, রশ্মি, চন্দ্রমা, নক্ষত্রসমূহ, প্রাণিগণের বাসোপযোগী অষ্ট বসু ইহাদের প্রত্যেকেরই যাহা স্বভাব তাহাই ইহাদের সম্বন্ধে সত্য। সেই নিত্য বুদ্ধপুরুষ এই বিশ্ববিকাশের অণু পরমাণুতে যে সত্য নিহিত করিয়াছেন তাহা কত দিন হইতে এক তন্ত্রে চলিয়া আসিতেছে এবং কত দিন একই তন্ত্রে চালিবে তাহা কে বলিতে পারে! তাই সত্য অনাদি। তাই সত্য অনন্ত।

উপযোগিতানুসারে সত্যের ক্রম-বিকাশ হয়। মাধ্যাকর্ষণ অনন্ত কাল হইতে চলিয়া আসিতেছে। নিউটন যখন ঐ সত্য-গ্রহণে উপযুক্ত হইয়াছিলেন তখনই ঐ সত্য তাঁহার হৃদয়ে প্রকাশিত হইয়াছিল।

সেই অনন্ত পুরুষ অবিপ্লুত ধারায় মহর্ষিগণের হৃদয়কন্দরে সত্য বর্ষণ করিয়াছেন। সেই সত্য-উৎস তাই ভগবদ্বাণী, তাই বেদ অপৌরুষেয়। তাই বেদের অন্য নাম শ্রুতি। তাই এই বিশ্ব বিনাশ প্রাপ্ত হইলেও বেদ অবিনাশী। বেদ সত্য অক্ষয়; সেই নিত্যপুরুষই সেই সত্যের আশ্রয়। তোমার বিদ্যা, বুদ্ধি ও ইন্দ্রিয়শক্তি যে পরিমাণে পরিপক্কতার পথে চালিত হইবে, সেই পরিমাণে তোমার নিকট সত্যের ক্রম-

বিকাশ হইবে। একটু বেশীও নয় একটু কমও নয়। উপযোগিতাই সত্যের সোপান। তপঃপূত আপ্ত ঋষিগণ ঐ উপযোগিতা সোপানের উচ্চ মঞ্চে আরোহণ করিয়াছিলেন, তাই সত্যবাণী বেদ তাঁহাদের সমক্ষে সত্য প্রকাশ করিয়াছিল। সত্য জগৎ উদ্দীপিত করিয়াছিল। সামরবে তপোবন মুখরিত হইয়াছিল।

সেই আর্য্যবংশধর আমরা আজ বিপরীত পথে, অসত্য মরীচিকায় মুগ্ধ হইয়া সোপানের নিম্নতম স্তরে আশ্রয় লইয়াছি। সেই জগদ্‌জ্ঞানদাতৃ-বংশের গৌরব স্মৃতিপথ হইতে আজ আমরা মুছিয়া ফেলিয়া দিয়াছি। তাই আজ সত্যধর্ম্ম, সত্যকর্ম্ম, সত্যবিদ্যা, সত্য সমাজনীতি, সত্যশিল্প, সত্যবাণিজ্য এই ভারত হইতে নির্ব্বাসিত। এক কথায় সত্যজ্ঞান বিলুপ্ত-প্রায়।

যে একত্ববোধে আর্য্যজীবন প্রতিষ্ঠিত, তাহা বিচ্ছিন্ন করিয়া আমরা সত্যের বা অসত্যের জন্য ভিন্ন ভিন্ন প্রকোষ্ঠ করিয়াছি। ইহাই পাশ্চাত্য আদর্শ-শিক্ষা। এখন সকলের মুখেই এক কথা—"এ জাতটা অধ্যাত্মতত্ত্ব লইয়াই মজিয়াছিল; তাই জড়তা, তাই কাপুরুষতা, তাই পরাধীনতা"। এই নিন্দাবাদ একটী ঘোর অসত্যের মূলে প্রতিষ্ঠিত।

আর্য্যজীবনে কখনও ধর্ম্মের জন্য এক প্রকোষ্ঠ, কর্ম্মের জন্য এক প্রকোষ্ঠ, সমাজের জন্য এক প্রকোষ্ঠ, ও রাজার জন্য এক প্রকোষ্ঠ নাই। যে দিন হইতে ইহা হইয়াছে সে দিন

হইতে ভারত সে বীর-ভারত নাই, সেই কর্ম্মভারত নাই, সেই স্বাধীন ভারত নাই, এক কথায় সেই ধর্ম্ম-ভারত নাই। যে দিন ভারত স্বাধীন ইতিহাসের রঙ্গভূমিতে আসিয়া দাঁড়াইয়াছে, সেই দিন হইতেই তাহার ধর্ম্ম, কর্ম্ম, সমাজ, রাজবিধি,—সকলেই সেই অধ্যাত্মভাব এবং সর্ব্বোপরি ঐ অধ্যাত্মভাব সেই আপ্ত ঋষিগণের কর্ম্মস্তম্ভরূপে দিগ্‌দিগন্ত আলোকিত করিয়াছে। আজ ভারতবাসী নানা প্রকোষ্ঠ নির্ম্মাণ করিয়া সেই ভাব, সেই সত্য বিতাড়িত করিয়াছে। তাই ভারত সেই সাম্যাবস্থা হারাইয়াছে।

রাজ্য এবং সমাজ, অর্থাৎ ধর্ম্ম, রক্ষা করিবার জন্য শক্তির প্রয়োজন। আপ্ত ঋষিগণ ব্রাহ্মণ, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য ও শূদ্র এই চতুর্ব্যূহতে সেই শক্তি স্থাপন করিয়াছেন। জগতের সর্ব্বত্রই এই চতুঃশক্তি কমবেশ বর্ত্তমান। ভারতে এমনই ধর্ম্মের বাঁধন ছিল যে কাহারও সঙ্গে প্রতিযোগিতা নাই। সকলেই স্বধর্ম্মপালনে রত। এখন আছে শুধু সেই চতুঃশক্তির বিকার।

সেই চতুর্ব্যূহের বাহিরে আসিয়া ভারতের কি আছে? ব্রাহ্মণের জ্ঞান, ক্ষত্রিয়ের বল, বৈশ্যের ধন ও বাণিজ্য, শূদ্রের সাম্রাজ্য রক্ষা সাধনের জন্য রাজসেবা বা সাধারণ সেবা সবই লোপ পাইয়াছে। সেই রাজর্ষিগণ, সেই সূর্য্য-বংশ, সেই চন্দ্রবংশ, সেই মৌর্য্যবংশ যখন ভারতে প্রজারঞ্জন করিতেছিলেন, তখনও ভারত চতুর্ব্যূহ শক্তি বজায় রাখিয়াছিল। মৌর্য্য সম্রাট্ চন্দ্রগুপ্তের সভায় গ্রীক্ দূত ম্যাগাস্থিনীস

সেই শক্তিদাত্রী শিক্ষার কথা বলিয়াছেন যে, তখনও ব্রাহ্মণ ইত্যাদি ৩৬ বৎসর পর্য্যন্ত গুরুগৃহে শিক্ষা লাভ করিতেন।

তাই বলিতেছিলাম সত্য অনুসরণ কর। হিন্দুর যাহা ভাল, তাহাই এই সত্যের বিচার হইতেই হইয়াছে। আর যাহা মন্দ তাহা সত্যের বিকার হইতেই জন্মিয়াছে।

সত্যভাষণ, সত্যজ্ঞান, সত্যদর্শন ও সত্যনিষ্ঠাই মানবকে স্বপদে প্রতিষ্ঠিত করে। সত্যনিষ্ঠা (সত্যের প্রতি শ্রদ্ধাই) সত্যজ্ঞান, সত্যদর্শন ও ভাষণের পথে মনকে চালিত করে।

সত্যমেব জয়তে নানৃতং।
সত্যেন পন্থা বিততো দেবযানঃ ॥
যেনাক্রমন্ত্যৃষয়োহ্যাপ্তকামা।
যত্র তৎ সত্যস্য পরম্ নিধানম্"।

সত্যভাষণ।

তৈত্তিরীয় উপনিষৎ বলিয়াছেন—

সত্যং বদ।
ধর্ম্মং চর।
স্বাধ্যায়ান্মাপ্রমদঃ ॥

সর্ব্বদা সত্য কহিবে। ধর্ম্মাচরণ করিবে। প্রমাদ-রহিত হইয়া পঠন-পাঠনাপূর্ণ ব্রহ্মচর্য্য হইতে সমস্ত বিদ্যা গ্রহণ করিবে।

সত্যজ্ঞান, সত্যদর্শন।

এই বিশ্ববিকাশে যে যে পদার্থ আছে তাহার সত্যস্বভাব জানাই সত্যজ্ঞান। বিদ্যার্থী সততই সত্য দর্শনেচ্ছু হইবে। সত্য হইতে ভ্রমেও বিচ্ছিন্ন হইবে না।

এই সত্যজ্ঞান লাভ করিতে হইলেই কর্ম্ম করিতে হইবে। কর্ম্ম শরীর, মন, বাক্য ও সমাজ অবলম্বন করিয়া স্ফূর্ত্তি পায়। এইরূপে ক্রম-বিশ্লেষণ করিয়া যখন দেখিবে যে, সেই অনন্ত পুরুষই এই সমগ্র সত্যের আধার, তখনই জানিবে তোমার জ্ঞান-চেষ্টা সফল। ইহাই তোমার মোক্ষ ধর্ম্ম। সুতরাং ধর্ম্ম, কর্ম্ম, শরীর, মন, বাক্য, সমাজ, কাল ইত্যাদি বিষয়ে তোমার সত্যজ্ঞান আবশ্যক।

ধর্ম্ম—সত্য কি ?

মানবের বিহিত ক্রিয়া-সাধ্য গুণ, শক্তি বা স্বভাবকে ধর্ম্ম কহে। যাহা দ্বারা লোক স্থিতি-বিহিত হয় তাঁহাই ধর্ম্ম। যে স্বভাব, গুণ বা শক্তি মনুষ্যকে পোষণ করে তাহাই ধর্ম্ম। আমি এই দেশে বাস করি; সমাজের একটি প্রাণী আমি। আমি কাল আশ্রয় করিয়া বাস করি। এই দেশ, কাল, প্রাণী, স্থাবর জঙ্গম ইত্যাদি সকলই আবার সেই নিত্যপুরুষকে আশ্রয় করিয়া আছে। তাই সাধারণতঃ ধর্ম্মের তিনটি দিক—কাল-ধর্ম্ম, দেশ-ধর্ম্ম ও মোক্ষ-ধর্ম্ম। মানবের কাল-ধর্ম্ম, দেশ-ধর্ম্ম ও মোক্ষ-ধর্ম্ম-পরায়ণ হওয়াই বিহিত-স্বভাব।

বয়ঃ ও ঋতুবিশেষে—কৈশোর, যৌবন, প্রৌঢ়, বার্দ্ধক্য ইত্যাদি বয়োভেদে এবং গ্রীষ্ম, বর্ষা, শরৎ, হেমন্ত, শীত, বসন্ত ইত্যাদি ঋতুভেদে শরীর ও মনের যে বিহিত স্বভাব তাহাই কালধর্ম্ম।

বয়োভেদে দেশ, সমাজ ও শাসন যন্ত্রের সহিত মানবের যে বিহিত সম্বন্ধ তাহাই দেশ ধর্ম্ম।

ঐ ঐ অবস্থাতে সেই নিত্য বুদ্ধ অনন্ত পুরুষের সত্ত্বোপলব্ধির জন্য মন ও আত্মার বিহিত স্বাভাবিক যে তৃষ্ণা তাহাই মোক্ষধর্ম্ম।

এই কাল-ধর্ম্ম ও দেশ-ধর্ম্মপালন করিতে গেলেই মন স্বতঃই সেই মোক্ষদাতা, সেই জগন্মঙ্গল পুরুষের দিকে ছুটিয়া যাইবে। কাল-ধর্ম্ম, দেশ-ধর্ম্ম পালন না করিয়া যিনি মোক্ষলাভে যত্নবান্ হন তাঁহার চেষ্টা ফলবতী হয় না।

মনু বলিয়াছেন :—

আশ্রমাদাশ্রমং গত্বা হুতহোমো জিতেন্দ্রিয়ঃ।
ভিক্ষাবলিপরিশ্রান্তঃ প্রব্রজন্ প্রেত্য বর্দ্ধতে॥ ৬অঃ,৩৪॥

আশ্রম হইতে আশ্রমান্তর অর্থাৎ ব্রহ্মচর্য্য হইতে গৃহস্থাশ্রম তৎপরে বানপ্রস্থাশ্রমে গমন করিয়া ইন্দ্রিয়-সংযম পূর্ব্বক শক্ত্যনুসারে সেই সেই আশ্রম-বিহিত অগ্নি-হোমাদি সমাধান করিবে। ভিক্ষাদান, বলিদানাদি দ্বারা শ্রান্ত হইয়া প্রব্রজ্যা-

শ্রমের অনুষ্ঠানকারী পরলোকে মোক্ষলাভ রূপ পরম ঋদ্ধি প্রাপ্ত হন।

ঋণানি ত্রীণ্যপাকৃত্য মনো মোক্ষে নিবেশয়েৎ।
অনপাকৃত্য মোক্ষন্তু সেবমানো ব্রজত্যধঃ॥ ৬অঃ,৩৫॥

ঋষিঋণ, দেবঋণ, পিতৃঋণ এই তিন ঋণ পরিশোধ করিয়া মানব মোক্ষ-সাধন প্রব্রজ্যায় মনোনিবেশ করিবে। কিন্তু ঋণত্রয় পরিশোধ না করিয়া চতুর্থাশ্রমের সেবা করিলে অধো-গতি হয়।

অধীত্য বিধিবদ্বেদান্ পুত্রাংশ্চোৎপাদ্য ধর্ম্মতঃ।
ইষ্ট্বা চ শক্তিতো যজ্ঞৈর্মনো মোক্ষে নিবেশয়েৎ॥৬অঃ,৩৬

বিধানানুসারে বেদ-অধ্যয়ন (সমগ্র বিদ্যালাভ), ধর্ম্মানুসারে কুলপাবন পুত্র উৎপাদন ও শক্ত্যনুসারে যজ্ঞের (বিদ্যার কর্ম্ম-প্রস্ফুটন) অনুষ্ঠান করিয়া পরিশেষে মোক্ষে মনোনিবেশ করিবেন।

অনধীত্য দ্বিজো বেদাননুৎপাদ্য তথা সুতান্।
অনিষ্ট্বা চৈব যজ্ঞৈশ্চ মোক্ষমিচ্ছন্ ব্রজত্যধঃ॥৬অঃ,৩৭॥

দ্বিজাতি বেদাধ্যয়ন (সমগ্র বিদ্যালাভ চেষ্টা), সন্তানোৎ-পাদন ও যজ্ঞের অনুষ্ঠান না করিয়া যদি মোক্ষপ্রয়াসী হন তাঁহার অধোগতি হয়।

এই কালধর্ম্ম, দেশ ধর্ম্ম ও মোক্ষধর্ম্ম পালন দ্বারাই লোক স্থিতিবিহিত হয়; এবং সেই মোক্ষই মানবের চরম লক্ষ্য। তুমি কালধর্ম্ম কেন পালন কর? তুমি শরীর ও মনকে কৈশোরের প্রারম্ভ হইতে কেন জ্ঞানযজ্ঞে নিয়োজিত কর? কেন শৌচ সাধন কর? কেন আহার, নিদ্রা, ব্যায়াম ইত্যাদি নিয়ন্ত্রিত করিতে যত্নবান হও? কেন ব্রহ্মচর্য্যান্তে গৃহী হও? কেন সেই বাঞ্ছাকল্পতরু, অখণ্ড প্রেমখনি জগন্মঙ্গল পুরুষের সাধনায় তোমার প্রেমাশ্রু বর্ষণ হয়? তুমি বলিবে ধর্ম্মের জন্য, মুক্তির জন্য, পরমার্থ লাভের জন্য। ইহাই সত্যধর্ম্ম, এই একত্ব বোধই সনাতন ধর্ম্ম। আর যাঁহারা যৌবনেই হাত পা গুটাইয়া, আলস্য পরবশ হইয়া মোক্ষ প্রয়াসী হন, তাঁহাদের বিকার উপস্থিত জানিবে। যাঁহারা যৌবনে বানপ্রস্থ, প্রৌঢ়ে সন্ন্যাস গ্রহণ করেন, তাঁহাদিগকে অধার্ম্মিক বই আর কি বলিব।

স্বধর্ম্মে নিধনং শ্রেয়ঃ পরধর্ম্মো ভয়াবহঃ।
—গীতা॥

ধর্ম্ম শুধু কতকগুলি পূজাপালি, মন্ত্রতন্ত্র, যাগযজ্ঞ, ত্রিসন্ধ্যাস্নান, নিরামিষ ভোজন নহে। ধর্ম্ম শুধু কতকগুলি মতামত, কতকগুলি বিধি আদেশ নহে। ইনি শঙ্করমতের সন্ন্যাসী—বয়স ২০ বৎসর। সর্ব্বদা যোগ নিয়াই ব্যস্ত। তাঁহাকে ধার্ম্মিক কি অধার্ম্মিক বলিব! পূর্ব্বেই বলা হইয়াছে যে বয়সের যাহা বিহিত-স্বভাব

তাহাই সে বয়সের ধর্ম্ম। ২০ বৎসরের যুবক। জ্ঞানার্জ্জন তাঁহার প্রধান কাল-ধর্ম্ম। দেশের ও দশের মঙ্গল বিধান করা তাঁহার দেশ-ধর্ম্ম। আর সেই নিত্য বুদ্ধপুরুষে চিত্ত সমাহিত করা তাঁ'র মোক্ষধর্ম্ম। শুধু মোক্ষ নিয়া ব্যস্ত থাকায় তাঁহাকে একদেশদর্শী বলিব। তাঁহার এটা বিহিত-স্বভাব নয়। শুধু এলমেল স্বভাব। ধর্ম্ম নয়—অধর্ম্ম।

সাধারণ মানবের পক্ষে এইই নিয়ম। আর ধ্রুব, প্রহ্লাদ, শঙ্কর, শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য ইঁহাদের কথা স্বতন্ত্র।

কালধর্ম্ম, দেশ-ধর্ম্ম ও মোক্ষ ধর্ম্মকে মনু পঞ্চ যজ্ঞানুষ্ঠান দ্বারা আবরণ করিয়াছেন। মনু বলিয়াছেন,—

যজ্ঞাঃ সঙ্কল্পসম্ভবাঃ। ২অঃ। ৩।

যজ্ঞ সকল সঙ্কল্প-সম্ভব। 'এইরূপ কর্ম্ম দ্বারা আমার কামনা সিদ্ধ হইবে' এইরূপ বুদ্ধিকে সঙ্কল্প বলা যায়। সেই বুদ্ধি, সেই জ্ঞানের, কার্য্যে পরিণতিই যজ্ঞ। সঙ্কল্প ও কর্ম্মের যোজনাই যজ্ঞ।

যে কর্ম্ম, যে অধ্যয়ন, অধ্যাপনা দ্বারা মানবমন সেই ঋষি-গণের সুনির্ম্মল অব্যাহত মনের সহিত সংযোজিত হয়, যে অধ্যয়ন দ্বারা ঋষিদিগের সহিত সম্বন্ধ স্থাপন হয় তাহাই ঋষিযজ্ঞ বা ব্রহ্মযজ্ঞ।

যে কর্ম্ম শ্রাদ্ধ, পিণ্ড, তর্পণাদি দ্বারা পিতৃপুরুষের সহিত মন সংযোজিত হয় তাহাই পিতৃযজ্ঞ।

যে হোম-কর্ম্ম দ্বারা ত্রয়স্ত্রিংশৎ দেবতা (elements) পূত হয় এবং তদ্দ্বারা দেশের ও দশের মঙ্গল হয় তাহাই দেবযজ্ঞ।

অগ্নৌ প্রাপ্তাহুতিঃ সম্যগাদিত্যমুপতিষ্ঠতে।
আদিত্যাজ্জায়তে বৃষ্টি র্বৃষ্টেরন্নং ততঃ প্রজাঃ॥

—মনু, ৭অঃ, ৭৬॥

"অগ্নিতে আহুতি প্রদান করিলে সূর্য্যের উপস্থান হয়, সূর্য্য হইতে বৃষ্টি হয়, বৃষ্টি হইলে শস্য জন্মে এবং শস্য ভোজন করিয়া প্রজা উৎপাদিত হয়।

যে আত্মিক তপ, যে উপাসনা, যে ভক্তি-যোগ দ্বারা সেই নিত্য বুদ্ধ অনাদি পুরুষ, অন্য দেবতাগণ যাঁহার প্রত্যঙ্গ মাত্র, তিনিই স্তুত হন তাহাই দেবযজ্ঞ।

মহাভাগ্যাদ্দেবতায়া এক আত্মা বহুধাস্তূয়তে একস্যাত্মনোঽন্যেদেবাঃ প্রত্যঙ্গানি ভবন্তি। কর্ম্ম জন্মান আত্মজন্মান আত্মৈবেষাং রথো ভবতি আত্মাঽশ্ব আত্মায়ুধমাত্মেষ বা আত্মাসর্ব্বং দেবস্যদেবস্য॥

—নিরুক্ত ৭-৪।

বিদ্যার্থী প্রতিদিন এই তিন মহাযজ্ঞানুষ্ঠান করিবে। ব্রহ্ম-চর্য্যাশ্রমে (কৈশোর ও যৌবন কালে) তাঁহার দেশের সঙ্গে ও সেই ভুবন-মঙ্গল পুরুষসম্বন্ধে ঐটুকু সম্বন্ধই আবশ্যক।

গৃহস্থাশ্রমে নৃযজ্ঞ ও ভূতযজ্ঞ অনুষ্ঠান করিবে। ইহাই বিদ্যার্থীর ধর্ম্ম।

অধ্যাপনং ব্রহ্মযজ্ঞ পিতৃযজ্ঞস্তু তর্পণম্।
হোমোদৈবো বলির্ভৌতোনৃযজ্ঞোঽতিথিপূজনম্॥

—মনু ৩অঃ, ৭৯॥

স্বাধ্যায়েনার্চ্চয়েতর্ষীন হোমৈর্দেবান্ যথাবিধি।
পিতৄন্ শ্রাদ্ধৈশ্চ নৄনন্নৈর্ভূতানি বলিকর্ম্মনা॥

—মনু ৩অঃ, ৮১॥

বিদ্যার্থীর অধ্যয়নই মুখ্য কর্ম্ম। সাম্যাবস্থায় সমাজ, দেশ, রাজ্য, রাজা ইত্যাদি সম্বন্ধে সমগ্র সত্য গ্রহণ করিয়াই সে ক্ষান্ত হইবে। গৃহস্থাশ্রমে ঐ জ্ঞান কার্য্যে সমাহিত করিবে। যে বয়সের যে কর্ত্তব্য সে বয়সে সেই সেই কর্ত্তব্য পালন করিবে। কিন্তু আপৎকালে কোন বাঁধা বাঁধি নিয়ম নাই। বয়োভেদে কোন কর্ত্তব্য ভেদ নাই।

সনাতন ধর্ম্মই তোমাকে প্রতিদিন সেই বিশ্বজ্ঞানকাণ্ডারী ঋষিগণের সঙ্গলাভ করায়, সেই পিতৃপিতামহাদির প্রতি শ্রদ্ধাবান্ করায়, তুমি যে সমাজের একটী অঙ্গ তাহা স্মরণ করাইয়া মানবের মঙ্গলকার্য্যে নিয়োজিত করায়, এমন কি পশু, পক্ষী, কীট পতঙ্গাদির সহিত তোমার সম্বন্ধ স্থাপন করায়, এবং সেই অনন্ত পুরুষই এই সৃষ্টির কেন্দ্র এবং একমাত্র বরেণ্য তাহা ঋষিগণ এই জগতে প্রথম গাহিয়াছেন।

সনাতন ধর্ম্ম আপনাকে শ্রদ্ধা করিতে শিখায়, এবং তুমি যাহাকে পর বল তাহাকেও শ্রদ্ধা করিতে শিখায়।

শরীর—সত্য কি।

শরীরের তিনটী উপস্তম্ভ। ত্রিবিধ বল। তিনটী আয়তন (রোগের কারণ)।

আহার, সুনিদ্রা, ইন্দ্রিয়দমন ; এই তিনটী শরীরের উপস্তম্ভ বা ধারক। এই তিনটী উপস্তম্ভ যথাযথ ব্যবহৃত হইলে আয়ুশেষ না হওয়া পর্য্যন্ত শরীরের বল, বর্ণের উপচয় হয় ও অহিত রূপে ব্যবহার করিলে রোগাদি হয়।

বল তিন প্রকার ; স্বাভাবিক, কালজ ও যুক্তিকৃত (acquired)। স্বাভাবিক বল, শরীর ও মনের প্রকৃতি সিদ্ধ। কালকৃত বল ঋতুবিশেষ ও বয়োবিশেষে ঘটিয়া থাকে। আহার ও ব্যায়াম প্রভৃতি কর্ম্ম দ্বারা যে বল হয় তাহাই যুক্তিকৃত বা যৌগিক বল।

শরীরকে দেশধর্ম্ম, কালধর্ম্ম ও মোক্ষধর্ম্মানুকূল করাই শারীর সত্য।

আয়তন (রোগের কারণ) তিনটী, যথা—ইন্দ্রিয়ার্থ, (রূপ, রস, গন্ধ, স্পর্শ, শব্দ) কর্ম্ম ও কাল এই তিনের অতিযোগ, অযোগ এবং মিথ্যাযোগ।—চরক।

রূপ।

যেমন অতি উজ্জ্বল রূপসমূহের অধিক দর্শনকে অতিযোগ ; দর্শনীয় বস্তু একেবারেই দর্শন না করার নাম অযোগ ; অতি

সূক্ষ্ম, অতি নিকট, অতি দূরস্থ অথবা উগ্র, ভয়ঙ্কর, অদ্ভুত, বিদ্বিষ্ট, বীভৎস, বিকৃতাদি রূপ দর্শন করাকে মিথ্যাযোগ কহে। বিদ্যার্থী ঐ ঐ অসত্য হইতে বিরত হইবে।—চরক।

শব্দ।

অতিশয় স্তনিত (বজ্রঘোষাদি), ঢকা শব্দ, ও চীৎকার প্রভৃতি শব্দ অত্যধিক শ্রবণ করাকে অতিযোগ কহে। শ্রবণীয় শব্দ একেবারেই শ্রবণ না করাকে অযোগ কহে। পরুষ বাক্য, ইষ্টজন মরণ সংবাদ, বজ্রাঘাত, লোমহর্ষণ, ভীষণ প্রভৃতি শব্দ শ্রবণ করাকে মিথ্যাযোগ কহে। বিদ্যার্থী মিথ্যাশব্দ হইতেও দূরে থাকিবে। সত্য ব্যতীত কর্ণে কিছু প্রবেশ করাইবে না। সত্য শব্দ শ্রবণের জন্যই কর্ণ।—চরক।

গন্ধ।

অতি তীক্ষ্ণ, অত্যুগ্র ও অভিষ্যন্দী গন্ধসমূহের অতি ঘ্রাণকে অতিযোগ কহে। গন্ধদ্রব্য একেবারেই আঘ্রাণ না করাকে অযোগ কহে। পূতি, বিদ্বিষ্ট, অপবিত্র বা ক্লিন্ন পদার্থের ঘ্রাণ কিংবা বিষবায়ু, শব প্রভৃতির গন্ধ ঘ্রাণ করাকে মিথ্যাযোগ কহে।—চরক।

রস।

রসের অধিক আহারকে অতিযোগ কহে। আহার একেবারেই না করা অযোগ। অপরিমিত আহারই মিথ্যাযোগ।

—চরক।

স্পর্শ।

অত্যন্ত শীতল বা উষ্ণাদি যোগে স্নান, অভ্যঙ্গ ও উৎসাদন প্রভৃতির অতি সেবনই স্পর্শের অতিযোগ, একেবারে অসেবনই অযোগ। বিষমস্থানে ভ্রমণ, আসন বা শয়ন এবং আঘাতগ্রহণ ও অশুচিসংস্পর্শ প্রভৃতি স্পর্শের মিথ্যাযোগ।—চরক।

কর্ম্ম।

বাক্য, মন ও শরীরের চেষ্টার নাম কর্ম্ম।

কর্ম্ম বাঙ্মনঃশরীরপ্রবৃত্তিঃ॥ চরক, সং॥

তত্তৎ কর্ম্মের অতি প্রবৃত্তির নাম অতিযোগ এবং একেবারে অপ্রবৃত্তির নাম অযোগ।

মলাদির বেগরোধ বা অতিরিক্ত বেগদান, বিষমভাবে স্খলন, গমন, পতন বা শয়ন, অঙ্গকে দূষিত করা, প্রহার করা বা অতি মর্দ্দন করা এবং নিশ্বাসাদির অবরোধ ও শরীরকে যন্ত্রণা দেওয়া শারীরিক মিথ্যাযোগ।

ন বেগান্ ধারয়েদ্ধীমান্ জাতান্ মূত্রপুরীষয়োঃ।
* * ন বাতস্য ন বম্যাঃ ক্ষবথোর্ন চ॥
নোদগারস্য ন জৃম্ভায়া ন বেগান্ ক্ষুৎপিপাসয়োঃ।
ন বাষ্পস্য ন নিদ্রায়া নিশ্বাসস্য শ্রমেণ চ॥

—চরক সংহিতা।

"ধীমান্ ব্যক্তি মূত্র পুরীষ, অধোবাত, বমি, ক্ষবথু (হাঁচি), উদ্গার, জৃম্ভা (হাঁই), ক্ষুধা, পিপাসা, অশ্রু, সময়োচিত নিদ্রা কিম্বা শ্রমজন্য নিশ্বাসের বেগ ধারণ করিবেন না।"

ইহাদের বেগ ধারণ করিলে রোগাদি হয়।

যিনি ইহ পরলোকে মঙ্গল ইচ্ছা করেন, তিনি এই সকল বেগ ধারণ করিবেন ; যথা,—

"অনুচিত সাহসের বেগ, মনোবেগ, বাক্যবেগ, কায়বেগ, কর্ম্মবেগ আর লোভ, শোক, ভয়, ক্রোধ ও অভিমানের বেগ ধারণ করিবেন। বুদ্ধিমান ব্যক্তি নির্লজ্জতা, ঈর্ষা, অনুরাগ, পরশ্রীকাতরতার বেগ সম্বরণ করিবেন। পরুষ, অতিমাত্র, গ্লানিসূচক, মিথ্যা ও অকালযুক্ত বাক্যের বেগ উত্থিত হইবা-মাত্র ধারণ করিবেন। পরের পীড়া জন্মিতে পারে, দেহে এরূপ কোন প্রবৃত্তি জন্মিলে, তাহার বেগ অবশ্যই ধারণ করিবেন। স্ত্রী-সংসর্গ, চৌর্য্য ও হিংসাদির বেগ ধারণ করিতে হইবে।"

"নিন্দা, মিথ্যা, অকালে বাক্-প্রয়োগ, কলহ, অপ্রিয় কথা, অসম্বন্ধ কথা, অশ্রদ্ধাসূচক কথা ও পরুষবাক্যাদি প্রয়োগ বাচনিক মিথ্যাযোগ।"

"ভয়, শোক, ক্রোধ, লোভ, মোহ, অভিমান, ঈর্ষ্যা ও মিথ্যা দর্শনাদিকে মানসিক মিথ্যাযোগ কহে।"

—চরকসংহিতা।

যে বাক্য, মন ও শরীর-চেষ্টা, কালধর্ম্ম, দেশধর্ম্ম ও মোক্ষ ধর্ম্মানুকূল হয় তাহাই সত্য ধর্ম্ম। ইহাই কর্ম্মের মানদণ্ড'

কাল।

ঋতুভেদে ও বয়োভেদে।

শীত, গ্রীষ্ম ও বর্ষা এই তিনের লক্ষণ যথাক্রমে শীত, উষ্ণ ও বৃষ্টি। এই তিনের সমষ্টিকেই সংবৎসর কহে। ইহারই নাম কাল। শীতোষ্ণ বর্ষার আতিশয্যের নাম অতিযোগ, হীনতার নাম অযোগ, আর শীতোষ্ণ বর্ষার অনুরূপ লক্ষণ না হইয়া বিপরীত লক্ষণ হইলে তাহাকে মিথ্যাযোগ কহে। যথা শীতে গ্রীষ্মোদয়; বর্ষায়, অনাবৃষ্টি ইত্যাদি।

বিদ্যার্থী ঐ ঐ অসত্যকালে শৌচ, আহার, ব্যায়াম, আবরণ, পরিধান ও নিদ্রাদি বিষয়ে সাবধান হইবে।

বালক যুবার ন্যায়, কিশোর ও যুবা বৃদ্ধের ন্যায় বাক্য, মন ও শরীর চেষ্টা অর্থাৎ কর্ম্ম করিলে তাহা কালের মিথ্যাযোগ বলিয়া জানিবে। যুবার, প্রৌঢ় অথবা বৃদ্ধের ন্যায় আলাপন, চিন্তা ইত্যাদি কালের মিথ্যা ব্যবহার।

ধীর, স্থির, গম্ভীর মেধাবী, কার্য্যকুশল ইত্যাদি হওয়াই বিদ্যার্থীর কালধর্ম্ম। চরক।

দেশ।

'যে দেশের যাহা' তাহাই সে দেশ সম্বন্ধে সত্য। এক দেশের মনুষ্যদিগের প্রকৃতি, আহার, দেহ, বল, সাত্ম্য, সত্ত্ব ও বয়স ভিন্নভিন্ন হইলেও, তাহাদিগের ভাবের তুল্যতা আছে। সেই সকল ভাবের তুল্যতা হেতু, তুল্যকালে, তুল্য লক্ষণ

উৎপন্ন হয়। জনপদসমূহে এই সকল ভাব তুল্য হইয়া থাকে; যথা,—দেশ, কাল, বায়ু, ও জল। তোমার দেশে বায়ু যদি অস্বাভাবিক ঋতুগুণবিশিষ্ট, অতিশয় জলসিক্ত, অতি বেগবান্, অতি পরুষ, অতি শীত, অতি উষ্ণ, অতি রুক্ষ, অতি ভীষণ শব্দযুক্ত, অতি কুণ্ডলিত ইত্যাদি হয়; জল অত্যন্ত বিকৃত গন্ধ, বর্ণ ও স্পর্শযুক্ত, ক্লেদবহুল, জলচর বিহঙ্গগণের পরিত্যক্ত ইত্যাদি হয়, যে ঋতুতে যেরূপ লক্ষণ হওয়া উচিত, যদি সেই লক্ষণের আধিক্য, হীনতা বা বিপরীত হয়, তখনই জানিবে দেশে অসত্য আসিয়াছে। ইহাই দৈবী আপৎ।

"বায়ু প্রভৃতির যে বৈগুণ্য উপস্থিত হয় তাহার মূল অধর্ম্ম। পূর্ব্বকৃত অসৎ কর্ম্মই তাহার কারণ। সেই অধর্ম্ম ও অসৎ কর্ম্মের আকর প্রজ্ঞাপরাধ (বুদ্ধির দোষ)। যথা,—দেশ, নগর, নিগম ও জনপদের অধ্যক্ষেরা যখন ধর্ম্ম পরিত্যাগ করিয়া অধর্ম্মপথে প্রজাপালন করে তখন তাহাদের আশ্রিত ও উপাশ্রিত পুরবাসী ও জনপদবাসিগণ এবং ব্যবহারোপজীবীরা (উকিল মোক্তার, ডাক্তার প্রভৃতি)ও সেই অধর্ম্ম বৃদ্ধি করিতে থাকেন। সেই অধর্ম্ম প্রাদুর্ভূত হইলে ধর্ম্ম অন্তর্হিত হয়।"

—চরক, বিমানস্থান।

ভগবান আত্রেয় তখনকার জন্য নিম্নলিখিত ওষধি ব্যবস্থা করিয়াছেন।

সত্যং ভূতে দয়া দানং বলয়ো দেবতার্চ্চনম্।
সদ্‌বৃত্তস্যানুবৃত্তিশ্চ প্রশমো গুপ্তিরাত্মনঃ॥

হিতং জনপদানাঞ্চ শিবানামুপসেবনম্।
সেবনং ব্রহ্মচর্য্যস্য তথৈব ব্রহ্মচারিণাম্॥
শঙ্কয়া ধর্ম্মশাস্ত্রাণাং মহর্ষীণাং জিতাত্মনাম্।
ধার্ম্মিকৈঃ সাত্বিকৈর্নিত্যং সহাস্যা বৃদ্ধসম্মতৈঃ॥

তখন সত্যাচরণ সর্ব্বভূতে দয়া, দান, বলি, ত্রয়স্ত্রিংশৎ দেবতার (elements) পূতকরণ কর্ম্ম, সদ্বৃত্তির অনুষ্ঠান ও আত্মগুপ্তি (কৌশলে আত্মরক্ষা) আবশ্যক। পুণ্যবান্ জনপদসমূহের উপসেবন (দেশ পরিবর্ত্তন), ব্রহ্মচর্য্য সেবন, ব্রহ্মচারীদিগের আশ্রয় গ্রহণ, ধর্ম্ম-শাস্ত্রসমূহ ও জিতাত্মা মহর্ষিদিগের আজ্ঞা পালন এবং বৃদ্ধগণ পূজিত ধার্ম্মিক ও সাত্বিকদিগের সহবাস (সহ আস্যা) করিবে।

তোমার ভারতে আজ ভারতবাসী স্থান না পাইয়া যদি অষ্ট্রেলিয়াবাসী বাসস্থান লাভ করে, যে অধ্যাত্মতত্ত্বে, যে ধর্ম্মে ভারতে অখণ্ডাধিকার তাহার পরিবর্ত্তে যদি কোন বর্ব্বরতা লোকের হৃদয় অধিকার করিয়া বসে, গৃহে পতিপরায়ণা ভার্য্যা, কর্ত্তব্যপরায়ণ পুত্র না হইয়া, যদি পুত্র পিতাকে, ভার্য্যা স্বামীকে লঙ্ঘন করিয়া চলে; প্রজা যদি প্রজারঞ্জনকারী রাজা কর্ত্তৃক পালিত না হইয়া, লোভী, উৎপীড়নকারী রাজার শাসনাধীনে গড়াইয়া যায়; যদি শিল্পী শিল্প; বৈশ্য বাণিজ্য; ক্ষত্রিয় স্বাধিকার-বীর্য্য; ও ব্রাহ্মণ জ্ঞানভ্রষ্ট হন; যদি লোক নিজ নিজ আচার, ব্যবহার পরিত্যাগ করিয়া বৈদেশিক আহার, বিহার-

পরায়ণ হয়—এক কথায় যদি ধর্ম্ম, সত্য, লজ্জা, আচার, গুণ, সমাজকে পরিত্যাগ করিয়া থাকে তখনই জানিবে সে দেশে অসত্য আসিয়া পড়িয়াছে! ইহাই ঋষি চরক জনপদ ধ্বংসের কারণ বলিয়া নির্দ্দেশ করিয়াছেন। ইহাই মানুষী আপৎ। ইহাই প্রকৃত আপৎকাল।

ভগবান মনু বিভিন্ন রুচি-পরায়ণ মানব জাতির আপৎ হইতে ত্রাণ পাইবার জন্য বিশিষ্ট পন্থার নির্দ্দেশ করিয়াছেন—

মনু, ১১ অঃ, ৩২, ৩৪॥

মহাভারত, শান্তিপর্ব্বে, আপদ্ধর্ম্ম বিশেষরূপে বিশ্লেষণ করিয়াছেন।

বিদ্যা সাধন।

ন চক্ষুষা গৃহ্যতেনাপি বাচ:
নান্যৈর্দেবৈস্তপসা কর্ম্মণা বা।
জ্ঞানপ্রসাদেন বিশুদ্ধসত্ত্বস্তত
তং পশ্যতে নিষ্কলং ধ্যায়মানাঃ॥

৩ মুণ্ডক, ১ম খণ্ড॥

আবার তৈত্তিরীয় উপনিষৎ জগতে এই সত্য-আজ্ঞা প্রচার করিয়াছেন :—(১মা বল্লী, ৮মঃ অনুবাকঃ)

ঋতং চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

যথার্থ আচরণানুসারে পড়িবে ও পড়াইবে।

সত্যং চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

সত্যাচার অনুসারে সত্য বিদ্যা পড়িবে ও পড়াইবে!

তপশ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ।

ধর্ম্মানুষ্ঠান করতঃ বেদাদি শাস্ত্র পড়িবে ও পড়াইবে।

দমশ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ।

দুষ্টাচার হইতে বাহ্য ইন্দ্রিয় নিরোধ করতঃ পড়িবে ও পড়াইবে।

শমশ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

মনোবৃত্তিকে সর্ব্বদোষ হইতে নির্ম্মুক্ত রাখিয়া পড়িবে ও পড়াইবে।

অগ্নয়শ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ।

আহবনীয় এবং বিদ্যুতাদি অগ্নির বিষয় জানিয়া পড়িবে ও পড়াইবে।

অগ্নিহোত্রঞ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ।

অগ্নিহোত্রের অনুষ্ঠান করতঃ পড়িবে ও পড়াইবে।

অতিথয়শ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

অতিথি সৎকার করতঃ পড়িবে ও পড়াইবে।

মানুষঞ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

মনুষ্য সম্বন্ধীয় ব্যবহার যথাযোগ্য অনুষ্ঠান করতঃ পড়িবে ও পড়াইবে।

প্রজা চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

সন্তান এবং রাজ্য পালন করতঃ পড়িবে এবং পড়াইবে।

প্রজনশ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

বীর্য্যরক্ষা এবং বৃদ্ধি করতঃ পড়িবে ও পড়াইবে।

প্রজাতিশ্চ স্বাধ্যায় প্রবচনে চ ॥

নিজ সন্তান এবং শিষ্যের পালন করতঃ পড়িবে ও পড়াইবে।

ঋষি আজন্মকাল এই পঠন পাঠনা অবলম্বন করিতে আজ্ঞা করিয়াছেন। এখন দেখিতে হইবে সেই পড়া, সেই বিদ্যানুষ্ঠান কি?

ঋষি সেই বিদ্যা "বেদ" নামে অভিহিত করিয়াছেন। যে সত্য দর্শন হইতে সমগ্র সত্যের আধার সেই নিরুপাধি পুরুষকে অবগত হওয়া যায়, যে বিদ্যা এই জল, স্থল, অম্বরের প্রতি-পদার্থে যে সত্য প্রকটিত হইয়াছে তাহার ক্রম বিশ্লেষণে সে অনন্ত পুরুষকে একমাত্র বরেণ্য বলিয়া মানুষের সকল আমিত্ব ঘুচাইয়া দেয়, তাহাই ব্রহ্মবিদ্যা—তাহাই বেদ—তাহাই জ্ঞান। যিনি ঐ বিদ্যা লাভ করিয়াছেন তাঁহার হৃদয়-পয়োধি মথিত হইয়াই এই সত্য জগতে প্রতিভাত হইয়াছে—

ধিয়ঃ যোনঃ প্রচোদয়াৎ

শৌনক ঋষি অঙ্গিরসের কাছে আগমন করিয়া জিজ্ঞাসা করিলেন "মহাত্মন্! সে কি বস্তু যাহা জ্ঞাত হইলে সমগ্র সত্য অবগত হওয়া যায়?"

তস্মৈ স হোবাচ। দ্বে বিদ্যে বেদিতব্যে। ইতি হঃ স্ম যদ্ ব্রহ্মবিদো বদন্তি পরা চৈবাপরা চ।—মুণ্ডক।

অঙ্গিরস তাঁহাকে বলিতে লাগিলেন "জানিও বিদ্যা দ্বিবিধ। ব্রহ্মবিদ্‌গণ ইহাকে পরা এবং অপরা বিদ্যা নামে অভিহিত করিয়াছেন।

তত্রাপরা ঋগ্বেদো যজুর্ব্বেদঃ সামবেদোঽথর্ব্ববেদঃ শিক্ষাকল্পোব্যাকরণং নিরুক্তং ছন্দজ্যোতিষমিতি। অথ পরা যয়া তদক্ষরমধিগম্যতে।

ঋক্-যজু-সাম-অথর্ব্ব বেদাদি, শিক্ষা, কল্প, ব্যাকরণ, নিরুক্ত, ছন্দ, জ্যোতিষ অর্থাৎ ইন্দ্রিয় গ্রাহ্য ও অতীন্দ্রিয় সমগ্র সত্যজ্ঞানই অপরা বিদ্যা; আর যে বিদ্যা হইতে সেই অক্ষর পুরুষের স্বরূপ আস্বাদন হয় তাহাই পরা বিদ্যা।

সেই অনন্ত পুরুষের স্বরূপানুভূতি লাভ করিতে হইলে এই আব্রহ্ম স্তম্বের প্রতি পদার্থে তাঁহার শক্তি বিকাশ পাঠ কর—বেদ পাঠ কর—বিদ্যালাভ কর। এই বিদ্যাই তোমাকে মোক্ষদান করিবে। আবার এই বিদ্যা হইতেই তোমার স্বার্থ সাধন হইবে।

এই বিশ্ব বিকাশে যাবতীয় পদার্থের স্বরূপ ও স্বভাব তুমি—

প্রাকৃতিক বিজ্ঞান—Physics.

ভূ-তত্ত্ব বিদ্যা—Geology.

উদ্ভিদ্বিদ্যা—Botany.

খনিজ-বিদ্যা—Minerology.

প্রাণি-তত্ত্ব—Zoology.

রসায়ন শাস্ত্র—Chemistry.

শারীরস্থান বিদ্যা—Physiology.

জ্যোতির্ব্বিদ্যা—Astronomy.

ইত্যাদি বিজ্ঞান পাঠে কতক পরিমাণে অবগত হইবে।

কোথায় কোন্ দেশ, কোথায় কোন্ জাতি, কোন্ জাতির কোন্ ভাব, কোন্ জাতির কোন্ ভাষা ইত্যাদি তুমি—

ভূ-গোল—Geography.

এবং

ইতিহাস, পুরাণ—History.

ও

নানাভাষা—Languages.

পাঠে অবগত হইবে।

আর ও তোমার শরীর, দেশ, সমাজ ও বাণিজ্য ব্যবসার জন্য—

আয়ুর্ব্বেদ—Medical Science.

স্মৃতি ও আইন কানুন (রাজাজ্ঞা)—Law.

অর্থনীতি—Economics.

রাষ্ট্র নীতি—Politics.

অধ্যয়ন করিবে।

তোমার উপনিষৎ আছে, তোমার ষড়দর্শন আছে, আমৃত্যু তুমি তাহার রস আস্বাদন করিয়া সেই নিরুপাধি পুরুষকে অবগত হও।

আজকাল যদি এমন আচার্য্য থাকেন যিনি বেদ মন্থন করিয়া এই সমগ্র সত্য (বিদ্যা) শিক্ষার্থীকে দান করিতে পারেন তবে তাঁহারই নিকট বেদাধ্যয়ন করিবে। নচেৎ বেদ জড় প্রকৃতির উপাসনা জানিয়া আর দরকার নাই।

বেদাচার্য্যের অভাবে যে কোন ভাষাতে ঐ বিদ্যানুশীলন হইয়াছে, সেই সেই ভাষা শিক্ষা করিয়া ঐ বিদ্যা গ্রহণ করিবে। অতঃপর দেশের কল্যাণার্থে মাতৃভাষায় ঐ সকল সত্য গ্রন্থন করিবে।

মনু বলিয়াছেন—

বিষাদপ্যমৃতং গ্রাহ্যং বালাদপি সুভাষিতম্।
অমিত্রাদপি সদ্বৃত্তং অমেধ্যাদপি কাঞ্চনম্ ॥

॥ ২ অঃ, ২৩৯ ॥

স্ত্রিয়ো রত্নান্যথো বিদ্যা ধর্ম্মঃ শৌচং সুভাষিতম্।
বিবিধানি চ শিল্পানি সমাদেয়ানি সর্ব্বতঃ ॥

॥ ২ অঃ, ২৪০ ॥

অব্রাহ্মণাদধ্যয়নমাপত্‌কালে বিধীয়তে।
অনুব্রজ্যা চ শুশ্রূষা যাবদধ্যয়নং গুরোঃ ॥

॥ ২ অঃ ২৪১ ॥

—অমৃত বিষযুক্ত হইলে, বিষের অপসারণ করিয়া অমৃত গ্রহণ করিবে। বালকের নিকট হইতেও হিতজনক বচন গ্রহণ করিবে, শত্রু হইতেও সদনুষ্ঠান গ্রহণ করিবে, অপবিত্র স্থান হইতেও সুবর্ণাদি বহুমূল্য দ্রব্য গ্রহণ করিবে।

স্ত্রী, রত্ন, বিদ্যা, ধর্ম্ম, শৌচ, হিতকথা এবং বিবিধ শিল্প-কার্য্য সকলেব নিকট হইতেই সকলে গ্রহণ করিতে পারে।

আপৎকালে অব্রাহ্মণ হইতেও বিদ্যা গ্রহণ করা যাইতে পারে। যাবৎকাল বিদ্যার্থী ঐ গুরুর নিকট অধ্যয়ন করিবে তাবৎকাল গুরুর অনুগমনাদিরূপ শুশ্রূষা করিবে; কিন্তু পাদ-প্রক্ষালন, উচ্ছিষ্ট গ্রহণাদি হইতে বিরত থাকিবে।

॥ তৈত্তিরীয়ঃ ১মাবল্লী, ১০মঃ অনুবাকঃ প্রপাঃ ৭। অনু ২২ ॥

বেদমনুচ্যাচার্য্যোঽন্তেবাসিনমনুশাস্তি। সত্যং বদ ॥ ধর্ম্মং চর। স্বাধ্যায়ান্মা প্রমদঃ। আচার্য্যায় প্রিয়ং ধনমাহৃত্য প্রজাতন্তুং মা ব্যবচ্ছেত্‌সীঃ।

আচার্য্য নিজ নিজ শিষ্যকে উপদেশ দিবেন যে, "তুমি সর্ব্বদা সত্য কহিবে, ধর্ম্মাচরণ করিবে, প্রমাদ রহিত হইয়া পঠন পাঠনা পূর্ণ ব্রহ্মচর্য্য হইতে সমস্ত বিদ্যা গ্রহণ করিবে এবং আচার্য্যকে প্রিয় ধন দান করতঃ বিবাহ করিয়া সন্তানোৎপাদন করিবে"

সত্যান্নপ্রমদিতব্যম্। ধর্ম্মান্ন প্রমদিতব্যম্। কুশলান্ন প্রমদিতব্যম্। ভুক্তে ন প্রমদিতব্যম্।১। দেবপিতৃকার্য্যাভ্যাং ন প্রমদিতব্যম্। মাতৃদেবো ভব। পিতৃদেবো ভব। আচার্য্যদেবো ভব। অতিথিদেবো ভব॥ (ঐঐ)

"প্রমাদ বশতঃ, সত্য কথন ত্যাগ করিবে না, ধর্ম্ম ত্যাগ করিবে না, আরোগ্য এবং বুদ্ধি ত্যাগ করিবে না, এবং অধ্যাপন ত্যাগ করিবে না। দেবতা, বিদ্বান্ এবং পিতা মাতাকে সেবা করিতে কখন প্রমাদ করিবে না। বিদ্বান্‌কে যেরূপ সৎকার করিবে তদ্রূপ পিতা, মাতা, আচার্য্য এবং অতিথিকে সর্ব্বদা সেবা করিবে।"

যান্যনবদ্যানি কর্ম্মাণি তানি সেবিতব্যানি নো ইতরাণি। যান্যস্মাকং সুচরিতানি তানি ত্বয়োপাস্যানি নো ইতরাণি। যে কে চাস্মচ্ছ্রেয়াংসো ব্রাহ্মণাস্তেষাং ত্বয়াসনেন প্রশ্বসিতব্যম্। শ্রদ্ধয়া

দেয়ম্। অশ্রদ্ধয়াদেয়ম্। হ্রিয়া দেয়ম্। ভিয়া দেয়ম্। সংবিদা দেয়ম্। ঐঐ

"অনিন্দিত ও ধর্ম্মযুক্ত কার্য্য ও সত্যকথনাদির অনুষ্ঠান করিবে এবং তদ্ভিন্ন মিথ্যা ভাষণাদি কখন করিবে না। আমার যে সকল সুচরিত্র অর্থাৎ ধর্ম্মযুক্ত কার্য্য আছে, তাহাই গ্রহণ করিবে এবং আমার পাপাচরণ কখন গ্রহণ করিবে না। আমাদিগের মধ্যে যদি কেহ উত্তম বিদ্বান্ ধর্ম্মাত্মা ব্রাহ্মণ থাকেন তুমি তাঁহার নিকট উপবেশন করিবে এবং তাঁহাকেই বিশ্বাস করিবে। শ্রদ্ধা বশতঃ, অশ্রদ্ধা বশতঃ, লজ্জাবশতঃ, ভয় বশতঃ এবং প্রতিজ্ঞা বশতঃ দান করিতে হইবে।"

অথ যদি তে কর্ম্মবিচিকিত্সা বা বৃত্তবিচিকিত্সা বা স্যাত্॥ ৩ ॥ যে তত্র ব্রাহ্মণাঃ সম্মর্শিনো যুক্তা অযুক্তা অলুক্ষা ধর্ম্মকামাঃ স্যুর্য্যথা তে তত্র বর্ত্তেরন্। তথা তত্র বর্ত্তেথাঃ। এষ আদেশ এষ উপদেশ এষা বেদোপনিষত্। এতদনুশাসনং। এবমুপাসিতব্যম্ এবমুচৈতদুপাস্যম্॥ (ঐ, ঐ,)

"যদি তোমার কর্ম্ম, শীল অথবা উপাসনা ও জ্ঞান বিষয়ে কোন সন্দেহ হয়, তাহা হইলে বিচারশীল, অপক্ষপাতী (যোগী বা অযোগী) আদ্র্রচেতাঃ এবং ধর্ম্মাভিলাষী ধার্ম্মিক

লোক যেরূপ ধর্ম্ম-মার্গের অনুসরণ করেন, তুমিও তদ্রূপ করিবে। এই আদেশ, এই আজ্ঞা, এই উপদেশ, এই বেদ, এই উপনিষদ এবং এই শিক্ষা। এইরূপ অবস্থান করা এবং স্বকীয় আচার পদ্ধতি সংশোধিত করা আবশ্যক।"

মনে রাখিও বিদ্যাসাধন ঋষি-ঋণ-পরিশোধ। এক ভারত ছাড়া—পৃথিবীর আর কোথাও এ বিদ্যাসাধন একটী অপরিহার্য্য ধর্ম্মাঙ্গ বলিয়া গৃহীত হয় নাই। বস্তুত জ্ঞানমিশ্রা ভক্তি ভিন্ন, তাঁহাকে জানা যায় না।

আর ও বিদ্যা শুধু পুঁথিতে থাকে না—মন ও আত্মা দর্পণের ন্যায় স্বচ্ছ থাকিলে সত্য প্রতিফলিত হয়। এই সত্যানুসন্ধিৎসাই বিদ্যার মূল।

তপঃ সাধন

বা

কর্ম্মযোগ।

শুভাশুভফলং কর্ম্ম মনোবাক্‌দেহসম্ভবম্‌।
কর্ম্ম জাগতয়োঃ নৃণামুত্তমাধমমধ্যমাঃ॥

কর্ম্ম শুভ ও অশুভ উৎপন্ন করে। এই কর্ম্ম দেহ, মন বা বাক্য দ্বারা সাধিত হয়। এবং সেই কর্ম্ম-ফলেই মানবের উত্তম, অধম ও মধ্যম গতিলাভ হয়।

সুতরাং এই কর্ম্মস্ফূর্ত্তির যন্ত্র—দেহ, মন ও বাক্য—নিয়ন্ত্রিত করা বিদ্যার্থীর মুখ্য ধর্ম্ম। আচার পরায়ণ না হইলে বিদ্যা তোমার হৃদয়ে স্থান পাইবে না, ইহা পুনঃ পুনঃ বলা হইয়াছে (ব্রহ্মচর্য্যের স্বরূপ)। বস্তুতঃ সেই বিশ্ব-নিয়ন্তা জগন্মঙ্গল পুরুষ এই বিশ্বসৃষ্টিতে বিশ্বধারক যে যে পদার্থ সাজাইয়াছেন তৎতৎ সম্বন্ধে বিদ্যালাভ এবং সঙ্গে সঙ্গে সেই অনন্ত পুরুষের সত্ত্বোপলব্ধি যিনি যথেচ্ছাচারী হইয়া আকাঙ্ক্ষা করেন, তাঁহাকে মূর্খ বই আর কি বলিব।

যেমন সাত্ত্বিক বিদ্যা তোমার লক্ষ্য, তেমনি সাত্ত্বিক দেহ, (দৈহিক সংযম), সাত্ত্বিক মন (মনঃ সংযম), ও সাত্ত্বিক বাক্য (বাক্‌ সংযম) অবলম্বন করিয়া অধ্যয়ন পরায়ণ হও।

বিদ্যা তোমার হৃদয়ে আপনিই স্ফূর্ত্তি পাইবে। বিদ্যালাভে যে নির্ম্মল আনন্দ, তাঁহার সৃষ্টিতে যে কত কৌশল তাহা জানিয়া, তুমি আপনি বিহ্বল হইয়া গান করিবে—

ওঁ আপোজ্যোতি রসোঽমৃতং ব্রহ্মভূর্ভুব স্বরোম্॥

প্রকৃতির দ্বার তোমার নিকট সদাই উন্মুক্ত থাকিবে। তুমি ক্লান্ত হইবে না—তোমার সংযত বলিষ্ঠ দেহ—সংযত বলিষ্ঠ মন, সংযত মধুর স্বরপূর্ণ ভাষণ—তোমাকে সেই অনন্ত জ্ঞান পথে সদাই চালিত করিবে এবং অনন্ত জ্ঞানের আধার সেই অনাদি পুরুষে পৌঁছাইবে। এমন বিদ্যা সদাচার ভিন্ন লাভ করিবার ভ্রম-চিন্তাতেও কি তোমার কষ্ট হয় না?

মনু বলিয়াছেন—

আচারঃ পরমোধর্ম্মঃ শ্রুত্যুক্তঃ স্মার্ত্তএব চ।
তস্মাদস্মিন্ সদা যুক্তোনিত্যং স্যাদাত্মবান্দ্বিজঃ॥

আচারাদ্বিচ্যুতোবিপ্রো ন বেদফলমশ্নুতে।
আচারেণতু সংযুক্তঃ সম্পূর্ণ ফলভাগ্ভবেত্

এবমাচারতো দৃষ্ট্বা ধর্ম্মস্য মুনয়োগতিম্।
সর্ব্বস্য তপসোমূলমাচারং জগৃহুঃ পরম্॥

১ অঃ, ১০৫, ১০৯, ১১০ ॥

—আচার যে উৎকৃষ্ট ধর্ম্ম, ইহা শ্রুতি স্মৃতি উভয়েই

প্রতিপন্ন আছে, অতএব আত্মহিতাভিলাষী দ্বিজ শ্রুতি স্মৃতি বিহিত আচারের অনুষ্ঠানে সতত যত্নবান্ থাকিবেন।

আচারহীন ব্রাহ্মণ বেদাধ্যয়নের সম্পূর্ণ ফলভাগী হয়েন না, কিন্তু যদি তিনি সদাচার সম্পন্ন হয়েন, তাহা হইলে বেদের সম্পূর্ণ ফলভাগী হয়েন।

মুনিগণ আচার দ্বারাই সমগ্র ধর্ম্ম লাভ করা যায় ইহা জানিয়া আচারকেই সকল তপস্যার প্রধান কারণ বলিয়া গ্রহণ করিয়াছেন॥

শারীর তপ।

'শরীরমাদ্যং খলু-ধর্ম্ম-সাধনম্।

তপঃ ত্রিবিধ। প্রথমে শারীর তপ বা সংযমের কথা বলা হইয়াছে।

শারীর তপ কি? যে আচার, যে কর্ম্ম, যে পুরুষকার দ্বারা শরীর বিদ্যা গ্রহণে সক্ষম হয় তাহাই বিদ্যার্থীর শারীর তপ। যে আচার দ্বারা পঞ্চ জ্ঞানেন্দ্রিয়—চক্ষু, কর্ণ, নাসিকা, জিহ্বা ত্বক্ এবং পঞ্চ কর্ম্মেন্দ্রিয়—হাত, পা, মুখ, শিশ্ন, গুহ্য—সম্যক জ্ঞানার্জ্জন ক্ষম এবং সম্যক্ কর্ম্মক্ষম হয় তাহাই শারীর তপ। সেই কর্ম্ম কি কি? চরক বলিয়াছেন—

আহার, ব্যায়াম, নিদ্রা, শৌচ (ব্রহ্মচর্য্য) শরীরের উপস্তম্ভ স্বরূপ।

এই চারিটী যথাযথরূপে ব্যবহৃত হইলে শরীরের বল,

বর্ণ ও পুষ্টি সংসাধিত হয় এবং দীর্ঘায়ুঃ লাভ করা যায়।

সুতরাং শরীরকে সম্যক কর্ম্ম ও জ্ঞানার্জ্জনক্ষম করিতে হইলে, যে যে কর্ম্মদ্বারা শারীরেন্দ্রিয়ের স্বাস্থ্য রক্ষিতও বর্দ্ধিত হয়, যে তপশ্চর্য্যাদ্বারা শরীর অটুট থাকে, যে আচার দ্বারা শরীর জ্ঞানার্জ্জনোন্মুখী হয়—সেই আহার, ব্যায়াম, নিদ্রা এবং শৌচানুষ্ঠানে সংযমী হইতে হইবে। আহার, ব্যায়াম, নিদ্রা ও শৌচ কর্ম্মাদি সুনিয়ন্ত্রিত করাই শারীর তপ।

আহার।

আহার বলিতে সাধারণতঃ আমরা পান, ভোজন বুঝিয়া থাকি। পণ্ডিতেরা মনঃপ্রিয় বর্ণ, গন্ধ, রস ও স্পর্শ বিশিষ্ট এবং বিধি-বিহিত অন্ন পানকে জীবগণের প্রাণ স্বরূপ নির্দ্দেশ করিয়াছেন। সেই অন্ন পানই প্রাণীদিগের অন্তরাগ্নির ইন্ধন স্বরূপ, ইহাই প্রাণীদিগের প্রাণ ধারণের হেতু। যথাযথ ব্যবহৃত হইলে সেই অন্ন ও পানীয় দ্রব্য শরীরস্থ ধাতু সমূহের বল ও বর্ণ এবং ইন্দ্রিয়দিগের প্রসন্নতা সম্পাদন করে; আর বিপরীত রূপে ব্যবহৃত হইলে অহিতের হেতু হয়। (চরক, "অন্ন-পান বিধি)।

আহারের সঙ্গে দেহ ও মনের সম্বন্ধ।

যে যেরূপ অন্ন ও পানীয় গ্রহণ করে তাহার মন ও তদ্রূপই হয়। ভুক্তদ্রব্য সমূহ উপযুক্তরূপে জীর্ণ হইয়া রস, রক্ত, মাংস, মেদ, অস্থি, মজ্জা ও শুক্ররূপে পরিণত হয়। এইরূপেই মানবদেহ গঠিত হয়। শারীরিক সুস্থতা ও অসুস্থ-

তার উপর মানসিক প্রফুল্লতা এবং বিমর্ষতা, সম্পূর্ণরূপে না হউক কতক পরিমাণে যে নির্ভর করে, তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই ; সুতরাং ভুক্ত দ্রব্যানুসারে যে দেহের গঠন ও মনের গতি বিভিন্ন হইয়া থাকে, ইহা বোধ হয় প্রত্যেকেই স্বীকার করিবেন। অপক্ক কাঁচা মাংসভোজী অসভ্য বর্ব্বর এবং অর্দ্ধসিদ্ধ ও পক্ক মাংসভোজী অন্যান্য অর্দ্ধ সভ্যগণের সহিত, নিরামিষভোজী সুসভ্য আর্য্যগণের তুলনা করিলেই এ বিষয়ে নিঃসন্দেহ হওয়া যায়। আম মাংসভোজী বর্ব্বর-গণের মন বাহ্য জগতেই আকৃষ্ট এবং শৌচাদি গুণ হইতে সুদূরে অবস্থিত। আমিষাহারিগণের মন অন্তর্জগতের গভীর তত্ত্বে কথঞ্চিৎ প্রধাবিত হইতে পারে, কিন্তু অধ্যাত্ম বিষয়ে একান্তই দুর্ব্বল। পাশব বলের আধিক্য হইলেও, অন্তর্বলে উহারা নিরতিশয় দীন ও কৃপণ।

প্রকৃতি ভেদে, গুণত্রয়ের ক্রমোৎকর্ষানুসারে, জীবগণ তিন ভাগে বিভক্ত, যথা, সাত্ত্বিক, রাজসিক, তামসিক।

শম, দম, ক্ষান্তি, তুষ্টি, বিবেক, বিচার।
স্বধর্ম্মবর্ত্তিত্ব, সত্য, আত্মরতি আর॥
শ্রদ্ধা, লজ্জা, দয়া, ব্যয়, শীলতা, বিনয়।
বৈরাগ্য, ঋজুতা, স্মৃতি, সত্ত্বগুণে হয়॥
"কামনা, বিষয়ভোগ, অন্যায় উদ্যম।
হাস্য, বীর্য্য, চেষ্টা, তৃষ্ণা, দর্প, ভয়, ভ্রম॥

ভেদ বুদ্ধি, মদোৎসাহ, স্তুতির প্রিয়তা।
এই সব গুণাবলী রজোগুণ যথা॥”
“ক্রোধ, লোভ, মিথ্যা হিংসা, মোহ, অহঙ্কার।
যাচ্ঞা, কলহ, ভ্রম, অনুদ্যম আর॥
বিষাদ, আলস্য, তন্দ্রা, শোক, পীড়া যত।
তমোগুণে সমুদয় হয় অনুগত॥”

সেই প্রকার আবার আহারও তিন ভাগে বিভক্ত। যথা সাত্বিক, রাজসিক এবং তামসিক।

শ্রীকৃষ্ণ গীতাতে বলিয়াছেন,—

“আয়ু সত্ত্ব বলারোগ্য সুখপ্রীতি বিবর্দ্ধনাঃ।
রস্যাঃ স্নিগ্ধাঃ স্থিরা হৃদ্যা আহারাঃ সাত্ত্বিকা-
প্রিয়াঃ।” ১৭ অ, ৮।

আয়ু, উৎসাহ, শক্তি, আরোগ্য, সুখ, প্রীতি এই সকলের বৃদ্ধিকর সরস, স্নেহযুক্ত, সার সার এবং মনোহর খাদ্য পানীয়াদি সাত্ত্বিকদিগের প্রিয়।

কট্বম্ললবণাত্যুষ্ণতীক্ষ্ণরুক্ষ বিদাহীনঃ।
আহারা রাজসস্যেষ্টা দুঃখশোকাময়প্রদাঃ॥
১৭ অ, ৯।

—অতিশয় কটু, অতিশয় অম্ল, লবণাক্ত, তীক্ষ্ণ, রুক্ষ, বিদাহী (যথা সর্ষপাদি) এই সকল দুঃখ-শোকপ্রদ খাদ্য পানীয়াদি রাজস লোকদিগের প্রিয় হয়॥

"যাতযামং গতরসং পূতি পর্য্যুষিতঞ্চ যৎ।
উচ্ছিষ্টমপি চামেধ্যং ভোজনং তামসপ্রিয়ম্॥

১৭ অ, ১০।

—আর যে সকল অন্ন পক্ক হইবার পর প্রহরেক গত হইয়াছে, যাহার সার দূরীভূত হইয়াছে, যাহা পূতিগন্ধ বিশিষ্ট ও পর্য্যুষিত, উচ্ছিষ্ট এবং অপবিত্র তাহাই তামসদিগের প্রিয় খাদ্য॥

সাত্ত্বিকী বিদ্যা তোমার লক্ষ্য। সুতরাং সাত্ত্বিক আহার্য্য গ্রহণ না করিয়া রাজসিক বা তামসিক আহার্য্য গ্রহণে তোমার বিদ্যালাভ চেষ্টা ফলবতী হইবে না। সুতরাং বিদ্যার্থী সাত্ত্বিক অন্ন ও পানীয় দ্রব্য গ্রহণ করিবে। যতদিন না সংসারাশ্রমে প্রবেশ করিবে ততদিন পর্য্যন্ত রাজসিক বা তামসিক আহার গ্রহণে অযথা চিত্তচাঞ্চল্য উপস্থিত হইবে। শরীর দুর্ব্বল হইবে; মন নির্ম্মল থাকিবে না। ইন্দ্রিয়গণ চপলতা বৃত্তি পরিত্যাগ করিয়া, স্থির ভাব ধারণ না করিলে, জ্ঞান কদাচ অব্যাহত ভাবে থাকিতে পারে না। পুষ্করিণী প্রভৃতির নির্ম্মল জল, স্থিরভাবে থাকিলে যেমন তাহাতে প্রতিবিম্ব সুস্পষ্ট নয়ন-গোচর হয়, তদ্রূপ দুর্বৃত্ত ইন্দ্রিয়াদি স্থির ভাব ধারণা না করিলে জ্ঞান দ্বারা জ্ঞেয় পদার্থকে দর্শন করিতে পারা যায় না। আরও বিদ্যাভ্যাস কালে অর্থাৎ বিবাহাদি করিয়া সংসারাশ্রমে প্রবেশের পূর্ব্বে, রাজসিক এবং তামসিক

আহারাদির কোনও প্রয়োজনই দেখা যায় না। ঋষি শুশ্রুত সংহিতায় বলিয়াছেন এই শরীরের চারি অবস্থা :—

প্রথমতঃ বৃদ্ধি—১৬ বর্ষ হইতে ২৫ বর্ষ পর্য্যন্ত সমস্ত ধাতুর বৃদ্ধি হইয়া থাকে।

দ্বিতীয় যৌবনঃ—২৫ বর্ষের অন্তে ২৬ বর্ষের আরম্ভ হইতে যুবাবস্থার আরম্ভ হয়।

তৃতীয় সম্পূর্ণতা :—২৫ বর্ষ হইতে ৪০ বর্ষ পর্য্যন্ত সমস্ত ধাতুর পুষ্টি হইয়া থাকে।

চতুর্থ কিঞ্চিৎ পরিহরাণি :—এই সময়ে সমস্ত সাঙ্গোপাঙ্গ শরীরস্থ ধাতু পুষ্ট হইয়া পূর্ণতা প্রাপ্ত হয়। তদন্তর যে সকল ধাতু বৃদ্ধি পায়, উহা শরীরে না থাকিয়া স্বপ্ন ও প্রস্বেদাদি দ্বারা বহির্গত হয়। (শুশ্রুত-সংহিতা, সূত্রস্থান ২৫ অঃ)

অতএব শরীর বৃদ্ধিকালে অযথা রাজসিক আহারাদি (মাংস ইত্যাদি) দ্বারা শরীরস্থ ধাতু সমূহ বিকার প্রাপ্ত হইয়া অনুচিত কালে চিত্তচাঞ্চল্য ঘটাইয়া দেহ ক্ষয় করে। রাজসিক আহারাদি ক্ষয় পূরণ করিবার নিমিত্ত।

চরকসংহিতা "অন্ন-পান-বিধি" অধ্যায়ে বলিয়াছেন,—

ব্যায়ামনিত্যাঃ স্ত্রীনিত্যা মদ্যনিত্যাশ্চ যে নরাঃ।
নিত্যং মাংসরসাহারা নাতুরাঃ স্যূর্ন দুর্ব্বলাঃ॥

যাহারা পরিশ্রম রত, স্ত্রীরত বা মদ্য রত তাহারা নিত্য মাংস রস সেবন করিলে রোগগ্রস্ত বা দুর্ব্বল হয় না।

ব্রহ্মচর্য্যাশ্রমে যখন কোন কর্ম্ম নাই তখন আর রাজসিক আহারের প্রয়োজন কি ? গৃহীর বরং রাজসিক আহারের অধিকার আছে।

আহারের উপকারিতা।

শুশ্রুতকার "অনাগতাবাধ প্রতিষেধনীয়" অধ্যায়ে বলিয়াছেন,—আহার প্রীতিকর, বলকর, দেহপোষক এবং আয়ুঃ, তেজ, উৎসাহ, স্মৃতি, ওজঃ ও অগ্নির বর্দ্ধন কর।

হিতকর আহার্য্য আবশ্যক॥

চরক সংহিতায় যজ্ঞপুরুষীয় অধ্যায়ে ভগবান আত্রেয় বলিতেছেন,—হিতকর আহারই পুরুষের অতিবৃদ্ধির কারণ এবং অহিত আহার সেবনই রোগের বৃদ্ধির কারণ।

ঋতুভেদে হিতকর আহার-বিহার॥

কেবল মিতভোজী হইলেই চলিবে না, যে ঋতুতে যেরূপ আহার বিহার সহ্য হয় তাহাও অবগত থাকা উচিত। এই রূপ অবগত থাকিলে মিতভোজী ব্যক্তি পরিমিত ভোজন ও পান দ্বারা বল ও অগ্নিবৃদ্ধি লাভ করিতে পারেন।

ঋতু অনুসারে বিভাগ করিলে সংবৎসর ছয় ভাগে বিভক্ত হয়। শিশির, বসন্ত ও গ্রীষ্ম এই তিন ঋতু সূর্য্যের উত্তরায়ণ কাল। ইহাকে শাস্ত্রে আদান কাল বলে। বর্ষা, শরৎ ও হেমন্ত এই তিন ঋতুকে দক্ষিণায়ন বা বিসর্গ কাল বলে।

বিসর্গ কালের বায়ু সকল নাতিরুক্ষ হয়। কিন্তু আদান কালের বায়ু সকল অতিরুক্ষ হইয়া থাকে। বিসর্গকালে চন্দ্রমা পরিস্ফুট সুশীতল করজালে জগৎকে আপ্যায়িত করিয়া থাকেন। এই জন্য বিসর্গকাল সৌম্য অর্থাৎ নাতি-উষ্ণ, নাতি-শীতল হয়।

আদানকাল আগ্নেয় বা সাতিশয় রুক্ষ।

• সেই আদান ও বিসর্গ কাল এবং চন্দ্র, সূর্য্য ও বায়ু স্ব স্ব কাল, স্বভাব ও মার্গে নিয়ত থাকিয়া কাল, ঋতু, রস, দোষ ও দেহবল উৎপন্ন করিয়া থাকে॥

আদানকালে রবি স্বকীয় করজাল দ্বারা জগতের রস গ্রহণ করেন। বায়ু সকল তীব্র ও রুক্ষ হইয়া শোষণ করে। এইরূপে রবি ও বায়ু, শীত, বসন্ত ও গ্রীষ্মকালে রুক্ষতা উৎপাদন করিয়া যথাক্রমে তিক্ত, কষায় ও কটুরস প্রধান সামগ্রী সকল উৎপাদন করে। সুতরাং রুক্ষতা বশতঃ তৎকালে মানবদিগের দৌর্ব্বল্য হইয়া থাকে।

বর্ষা, শরৎ ও হেমন্ত কালে সূর্য্য দক্ষিণমুখে গমন করিলে তদীয় প্রতাপ, কাল, মার্গ, মেঘ, বাত ও বর্ষা দ্বারা অভিভূত হয়। চন্দ্রের বল অব্যাহত থাকে। আন্তরিক্ষ জলে সন্তাপ শান্ত হয়; তাহাতে জগতে স্নিগ্ধ রস সকল প্রবর্দ্ধিত হয়; এবং অম্ল, লবণ ও মধুর রস যথাক্রমে বর্দ্ধিত হওয়াতে মানবদিগের বলোপচয় হইয়া থাকে।

সংক্ষেপে বলিতে গেলে বর্ষা ও গ্রীষ্মকালে মানবদিগের

দুর্ব্বলতা হয়, শরৎ ও বসন্তকালে মানবদেহ মধ্যবল হয়, হেমন্ত ও শিশিরে অধিক বল হইয়া থাকে।

শিশির, বসন্ত, গ্রীষ্মকালে—

কটু, তিক্ত, ও কষায় রসের বৃদ্ধি।

কটু, তিক্ত ও কষায় রস বায়ুর উৎপাদন করে। মধুর, অম্ল ও লবণ রস তাহার উপশম করে।

বর্ষা, শরৎ ও হেমন্তকালে অম্ল, লবণ ও মধুর রসের উত্তরোত্তর বৃদ্ধি হয়।

অম্ল, লবণ ও মধুর রস শ্লেষ্মোৎপাদক। কটু, তিক্ত ও কষায়, উপশম কারক।

কটু, অম্ল ও লবণরস পিত্ত উৎপাদন করে। মধুর, তিক্ত ও কষায় রস ইহাদের উপশম করে।

গ্রীষ্ম—গ্রীষ্মকালে রবি করদ্বারা জগতের সার পান করিয়া থাকেন। সেই কালে মধুর ও শীতল দ্রব্য ও স্নিগ্ধ অন্নপান হিতকর। গ্রীষ্মে শীতল শর্করাযুক্ত মন্থ (জলে গোলা ছাতু), ঘৃত ও দুগ্ধযুক্ত শাল্যন্ন ভোজন করিলে মানুষ অবসন্ন হয় না। এই কালে লবণ, অম্ল, কটু, উষ্ণ দ্রব্য সকল ও ব্যায়াম পরিত্যাগ করিবে।

বর্ষা—আদানকালের কঠোরতাবশতঃ দেহ দুর্ব্বল হওয়াতে অগ্নি ইতঃপূর্ব্বেই দুর্ব্বল হয়। বর্ষাকালে আবার সেই অগ্নি

বর্ষাকালের দূষণ দ্রব্যসমূহ দ্বারা আরও দুর্ব্বল হইয়া পড়ে। বর্ষাকালে ভূবায়ু ও বৃষ্টি হইতে থাকে এবং জল অম্লপাক হয়; এই জন্য অগ্নিবল ক্ষীণ হওয়াতে ত্রিদোষ (বায়ু, পিত্ত, শ্লেষ্মা) কুপিত হয়; অতএব বর্ষাকালে ত্রিদোষনাশক বিধিসকল অনুষ্ঠান করিবে।

এই কালে উদমন্থ, দিবানিদ্রা, হিম, নদীর জল, ব্যায়াম, রৌদ্র ও মৈথুন পরিহার করিবে। শীত প্রধান বাতবর্ষার দিন প্রচুর অম্লরস, লবণরস ও স্নেহরস সেবন করিবে। এইরূপ সেবন করিলে বর্ষাকালে বায়ুশান্তি হয়।

অগ্নির ব্যাঘাত না হয় এইরূপে যব, গোধূম ও পুরাতন শাল্যন্ন সেবন করিবে। বৃষ্টির জল ও তপ্ত শীতল জল, কূপের জল বা সরোবরের জল পান করিবে। গাত্রঘর্ষণ, উদ্বর্ত্তন ও স্নানপবারণ হইবে, লঘু ও শুষ্ক কাপড় পরিধান করিবে। কর্দ্দমাক্ত বা সজলস্থানে বাস করিবে না।

শরৎ—বর্ষার শৈত্যাভ্যস্ত হইবার পর শরীর শরদাগমে সহসাই সূর্য্য-রশ্মি দ্বারা সন্তপ্ত হওয়াতে সঞ্চিত পিত্ত প্রায়ই কুপিত হয়। অতএব শরৎকালে মধুরও লঘু, শীতল ও ঈষৎ তিক্ত পিত্তনাশক খাদ্য ক্ষুধাকালে যথা মাত্রায় ভোজন করিবে। শালী, যব ও গোধূম সেবনীয়। শরৎকালে তিক্ত ঘৃতপান, বিরেচন ও আতপ বর্জ্জনীয়। বসা, তৈল, হিম, ক্ষীর, দধি, দিবানিদ্রা ও বায়ু প্রবাহ বর্জ্জন করিবে। শরৎ-কালের জল অতি নির্ম্মল ও শুচি। স্নান, পান ও অবগাহনে এই জল

অমৃতের ন্যায় উপকারী। শরতের প্রদোষকালীন চন্দ্র-রশ্মি প্রশস্ত।

হেমন্ত।—হেমন্তে প্রতিদিন দুগ্ধাদি গব্যরস,গুড়,নবান্ন, ঘৃত, তৈল, ও উষ্ণজল সেবন করিবে। রৌদ্র সেবন, নির্ব্বাত উষ্ণ গর্ভগৃহ বা প্রকোষ্ঠে বাস, রেশমী কাপড় ও কম্বলাদি ব্যবহার করিবে; গুরু অথচ উষ্ণ বসনে শরীর আবৃত রাখিবে। এই কালে কটু, তিক্ত, কষায় রস এবং বায়ু কারক লঘু ও শীতলান্ন ও পানীয় পরিহার করিবে।

শীত।—শীতকালে স্নিগ্ধ,অম্ল ও লবণরস সেবনীয়। শীতে দুগ্ধ, গুড়, নবান্ন, ঘৃত, তৈল ও উষ্ণজল সেবন করিলে আয়ু-ক্ষয় হয় না। শীতকালে হৈমন্তিক বিধি সকল বিশেষরূপে পালনীয়।

বসন্ত।—হেমন্ত ও শিশির সঞ্চিত শ্লেষ্মা, বসন্তকালের সূর্য্যতাপে শরীরের মধ্যে ইতস্ততঃ সঞ্চালিত হইয়া শরীরস্থ অগ্নির ব্যাঘাত করে, তাহাতে নানাবিধ রোগোৎপন্ন হইয়া থাকে। সেইজন্য বসন্তে বমন বিরেচনাদি ক্রিয়া সকল অনু-ষ্ঠান; এবং গুরু, অম্ল, স্নিগ্ধ ও মধুর দ্রব্য এবং দিবানিদ্রা পরিহার করিবে। ব্যায়াম, উদ্বর্ত্তন (শরীরে পেষিত (বাঁটা) আমলকী ও হরিদ্রাদি মর্দ্দন) ও সুখোষ্ণ জলযোগে শৌচক্রিয়া করিবে। যব ও গোধূম ভোজন করিবে।

শ্রেষ্ঠ-আহার্য্য।

একান্ত হিতকর দ্রব্যঃ।—জল, গব্য-ঘৃত-দুগ্ধ, এবং অন্ন প্রভৃতি একান্ত হিতকর।

একান্ত অহিতকর দ্রব্যঃ—অগ্নি, ক্ষার ও বিষ।

সকলের পক্ষে সাধারণতঃ সুপথ্য—

১। রক্তশালী (দা'দ্ খানি) ধান্য উৎকৃষ্ট।

২। মুগ, বনমুগ, ছোলা, অরহর ডা'ল উৎকৃষ্ট।

৩। দাড়িম, আমলকী, দ্রাক্ষা, খর্জ্জুর এই গুলি ফলের মধ্যে শ্রেষ্ঠ।

৪। সৈন্ধব লবণ শ্রেষ্ঠ।

৫। আমলকী ও দাড়িম অম্লের মধ্যে শ্রেষ্ঠ।

৬। পিপ্পলী ও শুণ্ঠী কটুরসের মধ্যে শ্রেষ্ঠ।

৭। পটোল ও বার্ত্তাকু তিক্তের মধ্যে শ্রেষ্ঠ।

৮। ঘৃত মধুর রসের মধ্যে শ্রেষ্ঠ।

৯। ইক্ষু বিকারের মধ্যে শর্করা শ্রেষ্ঠ।

১০। ধান্য সম্পূর্ণ এক বৎসরের হইলে শ্রেষ্ঠ।

১১। অন্ন সংস্কৃত ও অপর্য্যুষিত হইলে এবং পরিমিত ভাবে গৃহীত হইলে শ্রেষ্ঠ।

১২। কন্দের মধ্যে আদা সর্ব্বোৎকৃষ্ট।

১৩। তিল তৈল সর্ব্বোৎকৃষ্ট।

১৪। বৃত্তিকর অর্থাৎ জীবন ধারণোপায় পদার্থের মধ্যে

অন্ন সর্ব্বশ্রেষ্ঠ ; আশ্বাসকর পদার্থের মধ্যে জল শ্রেষ্ঠতম ; জীবনীয় পদার্থের মধ্যে গো-দুগ্ধ ; খাদ্য দ্রব্যে রুচি জন্মাইবার পক্ষে লবণ ; এবং হৃদ্য পদার্থের মধ্যে অম্লই সর্ব্বশ্রেষ্ঠ।

১৫। শ্লেষ্মা ও পিত্ত প্রশমন কারী পদার্থের মধ্যে মধু ;
বাত ও পিত্ত প্রশমক দ্রব্যের মধ্যে গব্য-ঘৃত ;
এবং বাতশ্লেষ্ম প্রশমনকারী দ্রব্যের মধ্যে তৈল শ্রেষ্ঠ।

১৬। বয়ঃস্থাপনকারী পদার্থের মধ্যে প্রাচীন ও পাকা আমলকী শ্রেষ্ঠতম।

১৭। দুর্ব্বিপাক দ্রব্যের মধ্যে গুরুভোজন সর্ব্বপ্রধান ; সুখ-পরিপাক দ্রব্যের মধ্যে একাহার সর্ব্বপ্রধান।

—চরক ও শুশ্রুত।

কতকগুলি ফল ও শাক।

আম্র ফল।—পাকা আম, পিত্তের অবরোধী, শুক্র বৃদ্ধিকর, তেজ বৃদ্ধিকর, মধুর, বলকর।

কচি আম বায়ু-পিত্তকর সুতরাং বর্জ্জনীয়।

তেঁতুল।—কাঁচা তেঁতুল বায়ু-নাশক ; পিত্ত ও শ্লেষ্মা কারী ; পাকা তেঁতুল মল সংগ্রাহক, উষ্ণ, অগ্নিকর, রুচিকর এবং কফ ও বায়ু নাশ করে।

জম্বীর।—(বাতাবী নেবু) তৃষ্ণা, শূল, কফ, উৎক্লেশ (হৃদয়ে কফ সঞ্চয়কারী), সর্দ্দি ও শ্বাস নাশক, বাতশ্লেষ্মা নাশক, গুরুপাক এবং পিত্তকর।

বিল্ব ফল।—পাকা বেল বায়ু, পিত্ত ও কফের উৎপাদক, অতএব বর্জ্জনীয়।

কচি বেল কফ ও বায়ু নাশক, তীক্ষ্ণ, স্নিগ্ধ, সংগ্রাহী, তিক্ত, কষায় ও উষ্ণ।

তাল ফল।—স্বাদুরস বিশিষ্ট, গুরুপাক ও পিত্ত দমনকারী, বলকারক।

তালবীজ।—(তাল শাঁস)—পরিপাকে মধুর; মূত্র বৃদ্ধিকর এবং বায়ু ও পিত্ত নাশক।

নারিকেল।—গুরুপাক, স্নিগ্ধ গুণ-বিশিষ্ট, পিত্ত-নাশক, স্বাদু, শীতল; বল ও মাংস বৃদ্ধিকর, মুখপ্রিয়, বৃংহন এবং বস্তি শোধন কর।

পনস।—(কাঁঠাল) কষায় রস বিশিষ্ট; স্বাদুরস, স্নিগ্ধ ও গুরুপাক।

মোচ ফল।—(কলা)—স্বাদু রস বিশিষ্ট, কষায়, অতি শীতল নয়, রক্তপিত্ত নাশক, বৃষ্য, রুচিকর, শ্লেষ্ম-জনক ও গুরুপাক।

দ্রাক্ষা ফল।—সারক, স্বরের হিতকর, মধুর, স্নিগ্ধ ও শীতল; রক্তপিত্ত, জ্বর, শ্বাস, তৃষ্ণা, দাহ, ও ক্ষয় রোগ-নাশক।

খর্জ্জুর ফল।—ক্ষত ও ক্ষয় রোগ নাশক, হৃদ্য, শীতল, তৃপ্তিকর; গুরুপাক, রসে ও পাকে মধুর এবং রক্তপিত্ত দমনকারী।

বাদাম আখ্‌রোট।—পিত্তশ্লেষ্মা-নাশক, স্নিগ্ধ অথচ উষ্ণ, গুরুপাক, বৃংহন, বায়ু-নাশক, বলকর এবং মধুর।

যে সকল ফলের কথা বলা হইল, ইহারা পরিপক্ক হইলেই গুণকরী হয়; কেবল বিল্বফল অপক্ক অবস্থায় অধিকগুণ বিশিষ্ট হইয়া থাকে।

যে সকল ফল ব্যাধিযুক্ত, বা কীটক্ষত, যাহারা অধিকতর পরিপক্ক, যাহারা অসময়ে জন্মায় এবং বিপরীত ঋতুতে উৎপন্ন হয়, সে সকল ফল পরিত্যাগ করিবে।

উপযুক্ত ঋতুতে না জন্মিলে, প্রণালী ক্রমে না জন্মিলে, ব্যাধি দ্বারা নষ্ট হইলে অথবা নূতন হইলে কোন ধান্য বা ডাইলই গুণকরী হয় না।

ধান্য ও শস্য (মুগ, মটর প্রভৃতি), নূতন হইলে চক্ষুরোগ-কারী ও এক বৎসরের পুরাতন হইলে লঘু ও উপকারী হয়।

কুষ্মাণ্ড।—(চাল বা ছাঁচি কুমড়া) কচি কুষ্মাণ্ড, পিত্ত-নাশকারী; মধ্য অবস্থায় কফকর এবং পক্ক হইলে, লঘু, উষ্ণ, সক্ষার, অগ্নিকর, বস্তি শোধনকর, সকল প্রকার দোষের শান্তিকর, হৃদ্য ও মানসিক বিকারে পথ্য।

অলাবু।—(লাউ)—মল ভেদক, রুক্ষ, গুরুপাক ও অতিশয় শীতল। তিক্ত অলাবু—হৃদ্য।

ত্রপুস।—(শশা)—নবজাত ও নীলবর্ণ হইলে পিত্ত-নাশক; পক্ক হইলে কফকর ও পাণ্ডুরোগ-জনক; অম্ল, বাত শ্লেষ্মার শান্তিকর।

শীর্ণবৃন্ত।—(তরমুজ প্রভৃতি)—সক্ষার, মধুর, কফের শান্তিকর, ভেদক, লঘু, অগ্নিকর, হৃদ্য।

সজিনা।—কটু, সক্ষার, মধুর ও তিক্ত এবং পিত্তকর।

সর্ষপ-শাক।—ত্রিদোষের বর্দ্ধনকর।

মুলক-শাক।—সকল প্রকার দোষের শান্তিকর, লঘু ও কণ্ঠ শোধনকর। কাঁচা শাক গুরুপাক, বিষ্টম্ভী, তীক্ষ্ণ ও ত্রিদোষের বর্দ্ধনকর। ঘৃত-সিদ্ধ হইলে পিত্তেরও কফ বাতের শান্তিকর। শুষ্ক মূলা শাক, বিষদোষের শান্তিকর, ত্রিদোষ নাশক ও পাকে লঘু। মূলক ব্যতীত আর সকল শাকই শুষ্ক হইলে বিষ্টম্ভী (বায়ু ও মল মূত্রাদি রোধক), ও বায়ুর প্রকোপকর।

বাস্তুক।—(বেতোশাক)—কটুপাক, কৃমিনাশক, মেধা, অগ্নি ও বলের বর্দ্ধনকর, সক্ষার, সকল দোষের শান্তিকর, রুচিকর ও সারক।

পালং।—বাস্তুকের ন্যায় গুণ বিশিষ্ট; অধিকন্তু বায়ুর প্রকোপকর, মল মূত্র রোধক, রুক্ষ এবং পিত্তশ্লেষ্মার হিতকারী।

পটোল।—কফ পিত্তনাশক, উষ্ণ, তিক্ত অথচ বায়ুর প্রকোপকর নহে; পাকে কটু, বৃষ্য, রুচিকর ও অগ্নিকর।

বার্ত্তাকী।—কফ-বাতের শান্তিকর, তিক্ত, রুচিকর; কটু, লঘু ও অগ্নিকর। পক্ক হইলে ক্ষারযুক্ত ও পিত্তকর হইয়া থাকে।

কাঁকরোল, করল্লা, উচ্ছে—বার্ত্তাকুর ন্যায় গুণ-বিশিষ্ট।

—সুশ্রুত।

অহিততম আহার্য্য দ্রব্য।

যবক (ক্ষুদ্র যব), মাষকলাই, বর্ষাকালে নদীর জল, সর্ষপ শাক, মূলা (কন্দ), ডেঙ্গ ফল, পাতলা মাতগুড় অতিশয় অপথ্য।

মধুপান করিয়াই উষ্ণোদক পান করিবে না।

মৎস্যের সহিত গুড়, চিনি প্রভৃতি ইক্ষু বিকার খাইবে না।

দুগ্ধের সহিত মূলক, আম্র, জাম, কোন প্রকার মৎস্য খাইবে না।

দুগ্ধ, দধি অথবা তাল ফলের সহিত কদলী (কলা) ভোজন করিবে না।

যে সকল দ্রব্য দুগ্ধ যোগে আহার নিষেধ, তাহা দুগ্ধ পান করিবার অব্যবহিত পূর্ব্বে বা পরে আহার করিবে না।

এই সকল প্রকার বিরুদ্ধ আহারের দ্বারা ব্যাধি, ইন্দ্রিয়ের দুর্ব্বলতা, এবং মৃত্যু পর্য্যন্তও হইয়া থাকে।

বিরুদ্ধ ভোজনে যে রোগ জন্মে তাহা বিরেচন (দাস্ত) দ্বারা নাশ প্রাপ্ত হয়। বমন করিলে রোগ জন্মিবার পূর্ব্বেই তাহার শমতা হয়।

শরীর সুস্থ থাকিলে প্রথম প্রথম বিরুদ্ধ ভোজন ক্লেশকর হয় না; কিন্তু পরিণামে স্বাস্থ্যহানি হইই হয়।

আহারের স্থান, কাল, মাত্রা ও বিধি।

মোহ বা প্রমাদ বশতঃ অহিত ও পরিণামে অসুখকর আহার্য্য সমূহ প্রিয় হইলেও, সেবন করিবে না।

মিতাহারী হওয়া উচিত। আহারের মাত্রা আবার অগ্নিবল সাপেক্ষ। যাহার যে পরিমাণে আহার করিলে প্রকৃতির বাধা জন্মে না, অথচ আহার্য্য দ্রব্য বিনাক্লেশে জীর্ণ হয়, সেইরূপ আহারই তাহার পক্ষে পরিমিত বলিয়া জানিবে।

যে পরিমাণে আহার করিলে কুক্ষির পীড়ন না হয়, হৃদয়ের অবরোধ না হয়, উদরেব অত্যন্ত গুরুতা না হয়, ইন্দ্রিয়দিগের প্রীতি হয়, ক্ষুৎপিপাসার নিবারণ হয়, স্থিতি, উপবেশন, শয়ন, গমন, শ্বাস প্রশ্বাস নির্গমন, হাস্য ও কথার ব্যাঘাত না হয়, সন্ধ্যা ও প্রাতঃকালে আহাবের পবিপাক হইয়াছে বোধ হয়, এবং বল ও বর্ণ বৃদ্ধি হয়, তাহাকেই আহারের উপযুক্ত মাত্রা বলা যায়।

হীন মাত্রায় আহার করিবে না। হীন মাত্রায় আহার করিলে বল, বর্ণ ও পুষ্টির ক্ষয় হয়, তৃপ্তি হয় না; উদাবর্ত্ত হয়, হীন মাত্রায় আহার অবৃষ্য, ওজঃ পদার্থের অহিতকর, মন, বুদ্ধি ও ইন্দ্রিয়ের উপঘাত কারক, সার পদার্থের হ্রাসকর, শ্রীভ্রংশ কারক এবং অশীতি প্রকার বায়ুরোগের কারণ স্বরূপ।

আবার অতিমাত্র আহার পণ্ডিতদিগের মতে সর্ব্বদোষের (বায়ু, পিত্ত, কফ) প্রকোপক।

উদরকে তিন ভাগ কল্পনা করিয়া একভাগ কঠিন খাদ্যদ্বারা ও এক ভাগ লেহ্য, পেয় প্রভৃতির দ্বারা পূর্ণ করিবে এবং তৃতীয় ভাগ বাত, পিত্ত, শ্লেষ্মার পরিচালন জন্য খালি রাখিবে।

ঐরূপ মাত্রায় আহার সেবন করিলে অপরিমিত আহার-জনিত পীড়া হইতে পারে না।

আহার উষ্ণ, স্নিগ্ধ ও পরিমিত হওয়া উচিত। পূর্ব্ব আহার জীর্ণ হইলে আহার করা উচিত। "উদর ভরিও না ক্ষুধা বই।"

বিরুদ্ধবীর্য্য ভোজ্য গ্রহণ করিবে না। অভীপ্সিত স্থানে, অভিলষিত সর্ব্বোপকরণসম্পন্ন আহার, অনতিদ্রুত ও অনতিবিলম্বিত ভাবে ভক্ষণ করিবে।

কাহারও সহিত কথা না কহিয়া, না হাসিয়া, তন্মনাঃ হইয়া এবং আপনার শারীরিক অবস্থা সম্যক বিবেচনা করিয়া ভোজন করিবে।

উষ্ণ পদার্থ ভোজন করিবে; যেহেতু উষ্ণ ভোজ্য খাইতে ভাল লাগে, ভুক্ত পদার্থ অনুদ্দীপ্ত জঠরাগ্নিকে উদ্দীপিত করে, শীঘ্র জীর্ণ হয়, বায়ুর অনুলোম করে ও শ্লেষ্মার শোষণ করে। অতএব উষ্ণ ভোজ্য ভোজন করিবে।

স্নিগ্ধ পদার্থ ভোজন করিবে; যেহেতু স্নিগ্ধ ভোজ্য খাইতে ভাল লাগে, ভুক্ত পদার্থ অনুদ্দীপ্ত জঠরাগ্নির উদ্দীপন করে, শীঘ্র জীর্ণ হয়, বায়ুর অনুলোম করে, শরীরপুষ্টি হয়,

দৃঢ় হয়, বলের বৃদ্ধি করে ও বর্ণের প্রসন্নতা সম্পাদন করে।

পরিমিত অন্ন ভোজন করিবে; কারণ পরিমিত অন্ন বায়ু, পিত্ত, কফকে পীড়িত না করিয়া কেবল আয়ুরই বৃদ্ধি সাধন করে; অনায়াসে গুহ্য নাড়ীতে উপস্থিত হয়, জঠরাগ্নিকে উপহত করে না, এবং অক্লেশে পরিপাক পায়।

পূর্ব্বের আহার জীর্ণ হইলে ভোজন করিবে; কারণ অজীর্ণ অবস্থায় ভোজন করিলে পূর্ব্বের আহারের অপরিণত রসের সহিত ভুক্ত আহারের পরবর্ত্তী রস মিলিত হইয়া, আশু সমুদায় দোষ প্রকুপিত করে। কিন্তু পূর্ব্বাহার জীর্ণ হওয়ার, পরে যখন দোষ সকল(বায়ু, পিত্ত,কফ), স্বস্থানে অবস্থিত হয়, জঠরাগ্নি উদ্রিক্ত হয়, ক্ষুধা বোধ হয়, সমস্ত স্রোতোমুখ বিবৃত হয়, উদ্গার ও হৃদয় বিশুদ্ধ হয়, বায়ুর অনুলোম হয়, এবং বায়ু, মল ও মূত্র নিঃসৃত হইয়া যায়,সেই সময় ভোজন করিলে, ভুক্ত আহার পদার্থ সমুদায় শরীরধাতু দূষিত না করিয়া, কেবল আয়ুর বৃদ্ধিসাধন করে।

যে সকল পদার্থ অবিরুদ্ধ বীর্য্য তাহাই ভোজন করিবে। যেহেতু অবিরুদ্ধ বীর্য্য পদার্থ ভোজন করিলে, বিরুদ্ধ বীর্য্য পদার্থের আহার জন্য রোগসমূহ অক্রমণ করিতে পারে না।

অভিলষিত স্থানে,অভিলাষানুরূপ সমুদায় উপকরণবিশিষ্ট অন্ন ভোজন করিবে।যেহেতু অভিলষিত

স্থানে ভোজন করিলে, অনভিলষিত স্থানজ মনোবিঘাতকর কারণসমূহ দ্বারা মন উপহত হইতে পারে না। এইরূপ অভি- লষিত সর্ব্ব উপকরণ বিশিষ্ট অন্ন আহার করিলে ও অনভি- লষিত আহার জন্য মনোবিঘাত হইতে পারে না। অতএব অভীষ্ট স্থানে, অভীষ্ট সর্ব্বোপকরণ বিশিষ্ট অন্ন আহার করিবে।

অতিদ্রুত আহার করিবে না; কারণ অতিদ্রুত ভোজনকারী ব্যক্তির ভুক্ত দ্রব্যের স্নেহ ও স্বাদের গ্রহণ এবং ভুক্ত পদার্থের সম্যক প্রতিষ্ঠান হয় না। অর্থাৎ ভুক্ত দ্রব্য সম্যক স্নিগ্ধ করিতে পারে না, অর্থাৎ স্বাদগ্রহ হয় না এবং তাহা কোষ্ঠেও সম্যকরূপে অবস্থিত হয় না। ভোজ্য পদার্থের দোষ গুণেরও নিয়ত উপলব্ধি হয় না।

অতি বিলম্বিত ভোজন করিবে না অতি বিলম্বিত ভাবে ভোজন করিলে তৃপ্তি পাওয়া যায় না, অধিক ভোজন করা হয়, আহারদ্রব্য সকল শীতল হইয়া যায়, এবং ভুক্ত- দ্রব্যের বিষম পাক হয় অর্থাৎ বিলম্বে ভোজন জন্য কতক ভুক্ত পদার্থের পাক হইতে থাকে, আবার কতক অংশ আমাশয়ে উপস্থিত হইতে থাকে, সুতরাং সকল পদার্থ এক সঙ্গে পরি- পাক পাইতে পারে না।

ভোজনকালে কথা না কহিয়া, না হাসিয়া, তন্মনা হইয়া ভোজন করিবে। কথা কহিতে কহিতে, হাসিতে হাসিতে বা অন্য মনস্ক হইয়া ভোজন করিলে, অতিদ্রুত ভোজনে যে সকল দোষ কথিত হইয়াছে, সেই সমস্ত দোষ

ঘটিয়া থাকে। আপনার অবস্থা সম্যক বিবেচনা করিয়া ভোজন করিবে। এই খাদ্য আমার উপকারী, এই খাদ্য আমার অনুপকারী, এইরূপ বিবেচনা করিয়া ভোজন করিলে, সেই অন্ন তাহার আত্মসাত্ম্য অর্থাৎ আত্মার উপকারী হয়।

প্রতিদিন সমাহিত ভাবে মাত্রা এবং কাল বিবেচনা করিয়া, হিতকর অন্ন-পানরূপ সমিধ দ্বারা অন্তরাগ্নিকে আহুতি প্রদান করিবে। যিনি সর্ব্বদা অন্তরাগ্নিকে পথ্য দ্রব্য সমূহ আহুতি দেন এবং আহিতাগ্নি হইয়া ব্রহ্মমন্ত্র জপ ও যথাশক্তি দান করেন সেই মঙ্গলাকাঙ্ক্ষী ও যথাসাত্ম্য পান ভোজনাসক্ত ব্যক্তিকে ইহজন্মে কোন রোগে আক্রান্ত হইতে হয় না। জিতাত্মা, হিতসেবী পুরুষ ছয়ত্রিশ হাজার রাত্রি অর্থাৎ এক শত বৎসর অরোগী হইয়া সাধু সম্মত জীবনলাভে অধিকারী হন।

ব্যায়াম।

সুশ্রুতকার ষোড়শ বর্ষ হইতে পঁচিশ বৎসর পর্য্যন্ত শরীরস্থ সমস্ত ধাতুর বৃদ্ধি নির্দ্দেশ করিয়াছেন। প্রত্যেকেরই ঐ সময় মধ্যে শারীর ও মানস শক্তির সম্যক্ প্রস্ফুটনের জন্য যত্নবান্ হওয়া উচিত। শরীর এবং মনের পূর্ণবিকাশ হইতেই যাবতীয় সুখ ও শান্তি প্রবাহিত হয়।

শারীর শক্তি সম্যক বিকাশ করিতে ব্যায়ামই প্রশস্ত।

ঋষি চরক বলিয়াছেন—

শরীর চেষ্টা যা চেষ্টা স্থৈর্য্যার্থা বলবর্দ্ধিনী।
দেহ ব্যায়াম সংখ্যাতা মাত্রয়া তাং সমাচরেত্॥
'ন বেগান্ ধারণীয়'অধ্যায়ঃ।

যে শরীর চেষ্টা দ্বারা দেহের দৃঢ়তা ও বলবর্দ্ধন হয়, তাহাকে ব্যায়াম কহে। পরিমিতভাবে ব্যায়াম সেবা কর্ত্তব্য। ব্যায়াম হইতে দেহের লঘুতা, কর্ম্মপটুতা, স্থৈর্য্য, ক্লেশ সহিষ্ণুতা, ত্রিদোষের ক্ষয় (বায়ু, পিত্ত, কফ,) এবং অগ্নি বৃদ্ধি হয়।

সে শরীর চেষ্টা অর্থাৎ ব্যায়াম এমন হওয়া উচিত, যাহা দ্বারা দেহে প্রভূত বল সঞ্চার হয়, মাংসপেশীসমূহের সম্যক্ বিকাশ প্রাপ্তি হয়, এবং আপৎকালে ঐ ব্যায়াম-কৌশল দেহকে আত্মরক্ষা ও দেশরক্ষায় সক্ষম করে।

ফুটবল, টেনিস্, হকি প্রভৃতি শরীব চেষ্টা দেহের বল বৃদ্ধি করিয়াও দেহকে আত্মরক্ষা ও দেশরক্ষায় সম্পূর্ণ বঞ্চিত করে। মনে কর কোন পল্লীগ্রামে তোমার বাস, এক বাড়ীতে তোমরা আট জনে আজ, সকলেই টেনিস্, ফুটবল ইত্যাদি খেলায় ওস্তাদ্। রাত্রিতে ডাকাত তোমার বাড়ী আক্রমণ করিল। তোমার লন্‌টেনিসে এমন কিছু কৌশল শিখার নাই, যদ্দ্বারা তুমি আত্মরক্ষা বা পিতা, মাতা, স্ত্রী, পুত্র ইত্যাদি পরিজন রক্ষা করিতে পার।

তাই বলিতেছিলাম, ও সব খেলা শুধু খেলারই জন্য।

হাত্ পা আছে, বাধা দিতে পারি না। চক্ষু আছে, দেখিয়াও দেখি না। দেখিলেই বলিতে হইবে ; কিছু বলিলে পাছে বা মারে। কর্ণ আছে—শুনিয়াও শুনি না। বাক্ ওর মত ও রলুক্গে ; মনে ভয়—পাছে বা তেড়ে আসে। ও সব খেলায় মানুষকে একটী পুতুল করিয়া তোলে।

মল্লক্রীড়া বিদ্যার্থীর বলবর্দ্ধনের সঙ্গে সঙ্গে আত্মরক্ষা করিতে শিখিবার প্রকৃষ্ট পন্থা।

ভিন্নরুচি মানব

কাহারও বা অশ্বারোহণ এবং অশ্বচালন, আবার কাহারও বা ড্রিল, দৌড়, ভ্রমণ ও সাঁতার, কাহারও বা মল্লক্রীড়া, যুযুৎসুক্রীড়া, ইত্যাদি বিষয়ে রুচি। পূর্ব্বোক্ত পন্থানুসারে যাহার যে বিষয়ে অভিরুচি সে সেই সেই বিষয়ে পারদর্শী হইবে। মোট কথা সকলেরই কমবেশী ব্যায়াম চেষ্টা আবশ্যক।

ঋষি সুশ্রুত বলিয়াছেন ;—

ব্যায়াম-কার্য্যদ্বারা অতিভোজন জন্য রোগ জন্মে না ও শরীরে স্বচ্ছন্দতা জন্মে। ব্যায়াম করিলে দেহে সুখ অনুভূত হয়, দেহ স্নিগ্ধ হয়, সর্ব্বদেহ সমভাবে বৃদ্ধি পায় ও কান্তি বৃদ্ধি হয় এবং দীপ্তাগ্নি, নিরালস্য, হর্ষ, লঘুতা, নির্ম্মলতা ও শ্রম, ক্লম, পিপাসা, শীত, উষ্ণ এই সকল ক্লেশের সহিষ্ণুতা—শরীরের এই গুণগুলি জন্মে।

ব্যায়ামের দ্বারা আরোগ্য লাভ হয়, এবং দেহের স্থূলতা অপকর্ষণের পক্ষে ব্যায়ামের সদৃশ আর কিছুই নাই। ব্যায়াম-শীল ব্যক্তিকে শত্রু সমস্ত ভয় করে এবং জরা তাহাকে সহসা আক্রমণ করিতে পারে না। ব্যায়াম দ্বারা শরীরের মাংস দৃঢ় হয় এবং শরীরে রোগ জন্মে না। বয়স, রূপ বা গুণ না থাকিলেও ইহা দ্বারা বিরুদ্ধভোজন নিত্য নির্দ্দোষে পরি-পাক হয়। আত্মহিতাভিলাষী ব্যক্তি সর্ব্বকালেই (আমৃত্যু) ব্যায়াম অভ্যাস করিবে। বলবান্ ও স্নিগ্ধ ভোজনশীল ব্যক্তির পক্ষে শীতকালে ও বসন্তকালে ইহা নিতান্ত কর্ত্তব্য। ব্যায়াম দ্বারা ত্রিদোষের (বায়ু, পিত্ত, শ্লেষ্ম) শান্তি হয়।

ব্যায়ামের কাল।

বর্ষা ও গ্রীষ্মকালে মানবদিগের দুর্ব্বলতা হয়। এই দুই কালের মধ্যে অর্থাৎ শরৎ ও বসন্তে মানবদেহ মধ্য বল হয় আর এই দুই কালের অন্তে অর্থাৎ হেমন্ত ও শিশিরে অধিক বল হইয়া থাকে।

হেমন্ত, শিশির ও বসন্তকাল ব্যায়ামের সুপ্রশস্ত সময়। হেমন্ত ও শিশির কালে শীতল বায়ু সংস্পর্শে শরীরের অভ্যন্তরে অগ্নি সংরুদ্ধ হওয়াতে বলবানদিগের অগ্নি বলবান হয়। সেই দেহস্থ অগ্নি উপযুক্ত ইন্ধন না পাইলে দেহস্থ রসকে শুষ্ক করে; রস শুষ্ক হওয়াতে শরীর রুক্ষ হয়, এইজন্য শীতল ও রুক্ষ গুণ বিশিষ্ট শারীর বায়ু শীতকালে কুপিত হয়। আর হেমন্ত-শীতে

সঞ্চিত শ্লেষ্মা বসন্তকালের সূর্য্যতাপে ইতস্ততঃ শরীরের মধ্যে সঞ্চারিত হইয়া শরীরস্থ অগ্নির ব্যাঘাত করে; তাহাতে নানাবিধ রোগ উৎপন্ন হইয়া থাকে। ঐ হেমন্ত ও শীতের প্রকুপিত বায়ু সাম্য করিতে ও বসন্তের রোগাদি আক্রমণ হইতে রক্ষা পাইতে ঋষি ব্যায়ামরূপ ঔষধি নির্দ্দেশ করিয়াছেন।

বিদ্যার্থী গ্রীষ্ম, বর্ষা ও শরৎ কালে ব্যায়াম পরিহার করিবে। রাত্রি তৃতীয় প্রহরের পর গাত্রোত্থান করিয়া শৌচাদি কার্য্য (দন্ত ধাবন ও জিহ্বোল্লেখাদি) সমাপনান্তে ২৪ মিনিট হইতে আধ ঘণ্টা কাল পর্য্যন্ত ব্যায়ামানুষ্ঠান করিবে।

তদনন্তর ইতস্ততঃ পাদবিক্ষেপের সঙ্গে সঙ্গে গাত্র মর্দ্দন করিতে করিতে আরও ২৪ মিনিট কাল বিশ্রাম করিবে। তদনন্তর সূর্য্যোদয়ের ৪৮ মিনিটপূর্ব্বের ৪৮ মিনিটের মধ্যে অর্থাৎ ব্রাহ্ম মুহূর্ত্তে অবগাহন পূর্ব্বক স্নান করিবে। সূর্য্যোদয়ের এক ঘণ্টা ছয়ত্রিশ মিনিট পূর্ব্বে শৌচাদি ক্রিয়া, ব্যায়ামানুষ্ঠান এবং বিশ্রাম কার্য্য শেষ হওয়া চাই। চক্রদত্ত বলিয়াছেন:—

উদ্বর্ত্তনং ততঃ কার্য্যম্ ততঃ স্নানং সমাচরেত্।
উষ্ণাম্বুনাধঃ কায়স্য পরিষেকো বলাবহঃ।
তেনৈব চোত্তমাঙ্গস্য বলহৃত্ কেশচক্ষুষোঃ॥

ব্যায়ামান্তর উদ্বর্ত্তন অর্থাৎ গাত্রমর্দ্দন করিয়া পরে স্নান কার্য্য সমাধান করিবে। উষ্ণজল দ্বারা শরীরের অধোভাগ অর্থাৎ নাভীর নীচ হইতে হস্ত পদাদি ধৌত করিবে ইহাতে

শরীরের বল বৃদ্ধি হইয়া থাকে। কিন্তু উষ্ণজল দ্বারা উত্তমাঙ্গ অর্থাৎ নাভীর উর্দ্ধদেশ হইতে মস্তক পর্য্যন্ত ধৌত করিবে না। উষ্ণজল দ্বারা মস্তক ধৌত করিলে চুলসমূহ পতিত হয় এবং চক্ষুর বল ক্রমশঃ হ্রাস হইয়া থাকে।

ব্যায়ামের মাত্রা।

বলের অর্দ্ধ মাত্রা পরিমাণে ব্যায়াম কর্ত্তব্য। ইহার অন্যথা হইলে শরীর নাশ পায়। হৃদয়স্থ বায়ু মুখে আসিতে আরম্ভ করিলেই (হাঁপাইতে আরম্ভ করিলেই) বলের অর্দ্ধ পরিমাণ ব্যায়াম করা হইল জানিবে।

বয়স, বল, শরীর, দেশ, কাল ও ভক্ষ্য দ্রব্য এই সকল বিবেচনা করিয়া ব্যায়াম করিবে তাহা না হইলে রোগ জন্মে।

ব্যায়াম অতিরিক্ত মাত্রায় সেবন হইতে শ্রম, ক্লান্তি, ধাতুক্ষয়, তৃষ্ণা, রক্তপিত্ত, প্রতামক নামক শ্বাস রোগ, কাশ, জ্বর ও বমি হয়।

বুদ্ধিমান ব্যক্তি আবশ্যক হইলেও অতিমাত্রায় ব্যায়াম সেবন করিবেন না; অতিমাত্রায় সেবনকারী সহসা বিনাশ প্রাপ্ত হন।

ব্যায়ামের পর সহসা বিশ্রাম না করিয়া ইতস্ততঃ বিচরণান্তর বিশ্রাম করা বিধেয়। ব্যায়াম-প্রবাহিত শোণিত সহসা নিশ্চেষ্টাবরুদ্ধ হইলে নানা প্রকার পীড়া জন্মিতে পারে।

ব্যায়ামে অনধিকারী।

রক্তপিত্ত রোগী, কৃশ, শোষরোগী, শ্বাস, কাস, ও ক্ষত রোগী, অজীর্ণ রোগগ্রস্ত; বৃদ্ধ ও বুভুক্ষিত ব্যক্তিদিগের পক্ষে ব্যায়াম হিতকর নহে।

আহারান্তেই ব্যায়াম করিবে না।—সুশ্রুত সংহিতা।

নিদ্রা।

নিদ্রা তমোভবা—তমোগুণ হইতে উৎপন্ন হয়। ইহা শ্লেষ্মা হইতেও উৎপন্ন হয়—শ্লেষ্ম সমুদ্ভবা। মানসিক ও শারীরিক শ্রান্তি হইতেও উৎপন্ন হইয়া থাকে। ইহা আগন্তুক হেতু হইতেও উৎপন্ন হয়, কোন কোন ব্যাধি হইতে উৎপন্ন হয় এবং রাত্রি-স্বভাববশতঃ উৎপন্ন হয়। যে নিদ্রা রাত্রি-স্বভাব হইতে উৎপন্ন হয় তাহাই যথার্থ নিদ্রা; অপর যে নিদ্রা তমোগুণ হইতে উৎপন্ন (অর্থাৎ যখন তখন ঘুমান) তাহা পাপের মূল; এবং অপরাপর নিদ্রা অর্থাৎ যাহার মেদ, ঘর্ম্ম, কফ, রস, রক্ত ক্ষীণ হইয়া থাকে, তাহার পক্ষে দিবানিদ্রা ব্যাধির কারণ বলিয়া কথিত হয়।

সুখ, দুঃখ, পুষ্টি, কৃশতা, বল, অবল, বৃষতা, ক্লীবতা, জ্ঞান, অজ্ঞান, জীবন ও মরণ সমস্তই নিদ্রার আয়ত্ত।

নিদ্রার কাল, অকাল ও মাত্রা।

প্রকৃত নিদ্রা রাত্রি-স্বভাববশতঃ উৎপন্ন হয়। রাত্রিই নিদ্রার কাল।

যাহারা গীত, অধ্যয়ন, কর্ম্ম, ভারবহন ও পথ ভ্রমণ দ্বারা ক্লান্ত, অজীর্ণ রোগগ্রস্থ, ক্ষত রোগী বা ক্ষীণ রোগী; বৃদ্ধ, বালক বা দুর্ব্বল; যাহারা তৃষ্ণা, অতিসার, শূল, শ্বাস ও হিক্কা রোগে পীড়িত; যাহারা কৃশ ও উচ্চ স্থানাদি হইতে পতিত বা আঘাত প্রাপ্ত; যাহারা উন্মত্ত এবং যানারোহণে বা রাত্রি জাগরণে ক্লান্ত; যাহারা ক্রোধ, শোক ও ভয়-পীড়িত— সেই সকল ব্যক্তি সর্ব্ব কালেই অর্থাৎ সকল অবস্থাতেই দিবা নিদ্রা সেবন করিতে পারে। দিবানিদ্রা দ্বারা এই সকল ব্যক্তির ধাতু সাম্য হওয়াতে বলবৃদ্ধি হইয়া থাকে। দিবানিদ্রা জনিত শ্লেষ্মা বৃদ্ধি হইয়া ইহাঁদের অঙ্গ সমূহের পুষ্টি সাধন করিয়া থাকে এবং আয়ু দৃঢ় হয়।

বিদ্যার্থী ঐ ঐ রোগগ্রস্ত না হইলে কোনও কালে দিবা নিদ্রা যাইবে না। বর্ষা, শরৎ, হেমন্ত, শীত ও বসন্তে দিবানিদ্রা শ্লেষ্মা ও পিত্ত প্রকোপক, কিন্তু গ্রীষ্মকালে দিবানিদ্রা প্রশস্ত। গ্রীষ্মকালে লোকের শরীর উত্তরায়ণ কাল ধর্ম্মে রুক্ষ হয়; তখন বায়ু সঞ্চিত হইতে থাকে, রাত্রির অত্যন্ত অল্পতা হয়। এই জন্য গ্রীষ্ম ভিন্ন অপর কালে দিবানিদ্রা প্রশস্ত নহে। মনু বলিয়াছেনঃ—দিবা মা স্বাপ্সীঃ।

যাহাদের শরীরে মেদ ধাতু অধিক পরিমাণে আছে, যাহারা ঘৃত তৈলাদি নিত্য সেবা করে, যাহারা শ্লেষ্মা বহুল, যাহারা শ্লেষ্মা জনিত রোগাক্রান্ত এবং যাহারা বিষ পীড়িত তাহারা কদাচ কোনও কালে দিবা নিদ্রা যাইবে না।

অকালে নিদ্রা যাওয়া, অতিশয় নিদ্রা যাওয়া, এবং নিদ্রা না যাওয়া—এই ত্রিবিধ নিদ্রাই মনুষ্যের সুখ ও আয়ু নষ্ট করিয়া থাকে। যুক্তিযুক্ত ভাবে নিদ্রা সেবিত হইলে ইহা মনুষ্যকে সুখ ও দীর্ঘায়ু প্রদান করে। যেরূপ যোগী পুরুষ সিদ্ধি লাভ করিলে সত্য বুদ্ধি আগত হইয়া থাকে, সেইরূপ নিদ্রা যুক্তিপূর্ব্বক সেবিত হইলে দেহের সুখ ও দীর্ঘায়ু হইয়া থাকে।

সংহিতাকার দক্ষ বলিয়াছেন—

"প্রহরদ্বয়ং শয়ান হি ব্রহ্মভূয়ায় কল্পতে।"

বিদ্যার্থী রাত্রিকালে দুইপ্রহরকাল(অর্থাৎ ছয় ঘণ্টা) নিদ্রা সেবন করিবে।

অসময়ে বা অতিশয় নিদ্রা সেবন করিলে মানবদিগের শিরঃশূল, গাত্রভার, অগ্নিনাশ, কফলিপ্ত ভাব, শোথ, অরুচি, তন্দ্রা, কণ্ডু, কাশ, গলরোগ, স্মৃতিনাশ, স্রোতোরোধ, জ্বর, ইন্দ্রিয়দিগের সামর্থ্যহীনতা ও বিশেষ বেগ বৃদ্ধি হয়। আবার রাত্রি জাগরণ ও রুক্ষ। বসিয়া বসিয়া তন্দ্রা, রুক্ষ ও নয় আবার স্নিগ্ধ ও নয়।

কোন কোন কারণ বশতঃ অনিদ্রা হইলে উৎসাদন, স্নান, শাল্যন্ন, দধি ও দুগ্ধ, স্নেহ (ঘৃত ইত্যাদি), মনঃসুখ, মনোহর গন্ধ ও শব্দ, নেত্র সন্তর্পণ, সুখাস্তীর্ণ শয্যা এই সকল দ্রব্য ও উপায় নিদ্রাকে পুনরানয়ন করে।

যোগীর পক্ষে দিবা ভাগে দুই দণ্ড কাল নিদ্রা যাওয়া

নিষিদ্ধ নহে। অতিরিক্ত রাত্রি জাগরণ করিলে যতক্ষণ রাত্রি জাগরণ করা যায়, দিবা ভাগে তাহার অর্দ্ধ পরিমিত কাল নিদ্রা যাইতে পারে। (সুশ্রুত)

শয্যা ও শয়ন বিধি।

বিদ্যার্থী কুশাসন, কম্বল বা সতরঞ্চ প্রভৃতি কঠিন আসনে শয়ন করিবে। কোমল শয্যা, গদি, তোষক ইত্যাদি পরিত্যাগ করিবে।

সুখার্থিনঃ কুতো বিদ্যা কুতো বিদ্যার্থিনঃ সুখম্।
সুখার্থী বা ত্যজেদ্বিদ্যাং বিদ্যার্থী বা ত্যজেত্
সুখম্ ॥ মহাভারত, উদ্যোগপর্ব্ব ॥

সুখভোগকারীর পক্ষে বিদ্যা কোথায়? বিদ্যার্থীর পক্ষে সুখ কোথায়? সুতরাং বিষয়সুখাভিলাষী বিদ্যাকে এবং বিদ্যার্থী বিষয় সুখকে পরিত্যাগ করিবে। তদ্ব্যতীত কখন বিদ্যালাভ হইতে পারে না॥

কোমল শয্যা বা অন্যের ব্যবহৃত শয্যায় কখনও শয়ন করিবে না।

'আসনং' বসনং শয্যা * * আত্মনঃ
শুচিরেতানি ন পরেষাং কদাচন ॥ স্মৃতিঃ ॥

ভিন্ন ভিন্ন জীবের প্রকৃতি ও দেহ ভিন্ন। অন্যের ব্যবহৃত আসন, বসন এবং শয্যা পরিহার হইতেই অন্যের মানসিক ও দৈহিক অশুচি রোগাদি(ছোঁয়াচে)হইতে নিষ্কৃতি পাওয়া যায়।

এই সব কারণে এবং অন্যের দূষিত প্রশ্বাসাদি এবং গাত্র-তাপ হইতে আপনাকে রক্ষা করিবার জন্যই মনু বলিয়াছেন-

একঃ শয়ীত সর্ব্বত্রঃ।

সর্ব্বদা এবং সর্ব্বত্র একাকী শয়ন করিবে।

গর্গ বলিয়াছেন—

শুচৌ দেশে বিবিক্তেতু গোময়েনোপলিপ্তকে॥

গোময় উপলিপ্ত শুচি নির্জ্জন স্থানে শয়ন করিবে। পাঠাদি সমাপন করিয়া স্থির চিত্তে দিনকৃত কার্য্য সমূহের দোষ গুণ কিয়ৎক্ষণ আলোচনা করিবে এবং তৎপরে স্বীয় উপাস্য দেবে সম্পূর্ণ আত্মসমর্পণ করিয়া সানন্দ চিত্তে শয়ন করিবে :—

"নমস্কৃত্যাব্যয়ং বিষ্ণুং সমাধিস্থঃ স্বপেন্নিশি॥"

মার্কণ্ডেয়পুরাণম্ ॥

রাত্রি তৃতীয় প্রহরের পর আর নিদ্রা যাইবে না।

গাত্রোত্থান ও দৈনিক কর্ম্ম।

বিদ্যার্থী রাত্রি তৃতীয় প্রহরের পর আর নিদ্রা যাইবে না। চতুর্থ প্রহরে অর্থাৎ সূর্য্যোদয়ের ৩ ঘণ্টা পূর্ব্বে শয্যা ত্যাগ করিয়া মলমূত্র পরিত্যাগ, শৌচকার্য্য, দন্তধাবন, জিহ্বোলেখ ইত্যাদি সমাপন করিয়া ব্যায়ামানুষ্ঠানে তৎপর হইবে।

আধঘণ্টা ব্যায়ামানুষ্ঠানের পর ২৪ মিনিট বিশ্রাম করিয়া সূর্য্যোদয়ের ৪৮ মিনিট পূর্ব্বের ৪৮ মিনিট মধ্যে অর্থাৎ ব্রাহ্ম-মুহূর্ত্তে স্নান করিবে। মনু বলিয়াছেন—

উত্থায় পশ্চিমে যামে কৃত শৌচঃ সমাহিতঃ।

যাম দিবসের এক চতুর্থাংশ অর্থাৎ তিন ঘণ্টা। ব্রাহ্মমুহূর্ত্তে স্নান সমাপন করিয়া সেই নিত্য-বুদ্ধ অনাদি পুরুষে চিত্ত সমাহিত করিবে। তন্মনাঃ হইয়া, আনন্দে বিভোর হইয়া, তাঁহার ভজনা করিবে। তদন্তর যে বিদ্যা দ্বারা, যে জ্ঞান প্রসাদ দ্বারা তাঁহাকে জানা যায় অর্থাৎ তাঁহার স্বরূপ-প্রকাশ এই আব্রহ্মস্তম্ববিশ্ববিকাশ—যাহার প্রকৃত তথ্য অবগত হইলে তাঁহাকেই জানা হয়—সেই সমগ্র বিদ্যা লাভের জন্য অধ্যয়ন পরায়ণ হইবে। অধ্যয়নকালে উচ্চারণ যেন স্খলিত না হয়। অথবা অধ্যয়নকালে স্বর যেন অতিমাত্র, নত, বিস্বর, লুপ্ত পদ, অতিদ্রুত, অতিবিলম্বিত, অতিক্ষীণ বা অতিউচ্চ বা নীচ না হয়।

ভজনান্তে কিছু আহার্য্য গ্রহণ করিয়া পাঠে প্রবৃত্ত হইবে। অনন্তর যথা নির্দ্দিষ্ট অধ্যয়নসমাপন করিয়া মাধ্যাহ্নিক স্নানান্তে ভোজন করিবে।

মাধ্যাহ্নিক স্নান এবং উপাসনান্তে, হস্তদ্বয়, পাদদ্বয় ও মুখমণ্ডল আর্দ্র করিয়া, সানন্দচিত্তে পবিত্র স্থানে, শুদ্ধাসনে এবং শুদ্ধ বসনে পূর্ব্বমুখ

হইয়া, আহার্য্যদ্রব্য স্বীয় উপাস্যদেবকে নিবেদন করিয়া, বাক্‌সংযত হইয়া, গ্রহণ করিবে।

পঞ্চার্দ্রো ভোজনং কুর্য্যাৎ।

হস্তৌ পাদৌ তথৈবাস্যমেষু পঞ্চাদ্রতামতা॥ ব্যাসঃ॥

উপলিপ্তে সমে স্থানে শুচৌ লঘ্বাসনান্বিতাঃ॥

বৌধায়নঃ॥

ভুঞ্জিত শুচিপীঠমধিষ্ঠিতঃ॥ হারীতঃ॥

অশ্নীয়াৎ প্রাঙ্‌মুখঃ শুচিঃ॥ মনুঃ, ২অঃ, ৫১॥

নিবেদ্য গুরবেঽশ্নীয়াৎ॥ মনুঃ॥

অথ মৌনেন যো ভুঙ্‌ক্তে স ভুঙ্‌ক্তে কেবলামৃতম্॥ মনুঃ॥

নিত্যমদ্যাৎ সমাহিতঃ॥ মনুঃ, ২য়ঃ, ৫৩॥

পূজয়েদশনং নিত্যমদ্যাচ্চৈতদকুৎসয়ন্।
দৃষ্ট্বা হৃষ্যেৎ প্রসীদেচ্চ প্রতিনন্দেচ্চ সর্ব্বশঃ॥ মনুঃ, ২অঃ, ৫৪॥

'অন্নই জীবন ধারণের কারণ' এইরূপে অন্নকে সম্মান করিবে। অন্নের নিন্দা না করিয়া ভোজন করিবে। অন্ন দর্শনে হৃষ্ট হইবে এবং অন্য কারণ জনিত যদি কোন খেদ থাকে, অন্ন দর্শন করিয়া তাহাও পরিত্যাগ করিবে। 'ইহা যেন আমরা প্রতিদিন প্রাপ্ত হই' এই কথা বলিয়া অন্নকে বন্দনা করিবে।

পূজিতং হ্যশনং নিত্যং বলমূর্জ্জঞ্চ যচ্ছতি।
অপূজিতন্তু তদ্ভুক্তমুভয়ং নাশয়েদিদম্॥ ঐ॥৫৫॥

অন্ন নিন্দা না করিয়া ভোজন করিলে সর্ব্বদা সামর্থ্য ও বীর্য্য প্রদান করে এবং নিন্দা করিয়া ভোজন করিলে সেই উভয়ই নাশ করে।

নোচ্ছিষ্টং কস্যচিদ্দদ্যাৎ॥
নচৈবাত্যশনং কুর্য্যান্নচোচ্ছিষ্টঃকচিদ্ব্রজেৎ॥ঐ,৫৬

কাহাকেও উচ্ছিষ্ট প্রদান করিবে না। অতিশয় ভোজন করিবে না এবং উচ্ছিষ্টমুখে কোথাও যাইবে না।

পানীয় ও আচমন।

উপস্পৃশ্য দ্বিজোনিত্যমন্নমদ্যাৎ সমাহিতঃ।
ভুক্ত্বা চোপস্পৃশেৎ সম্যগদ্ভিঃ খানি চ সংস্পৃশেৎ। মনুঃ, ২অঃ, ৫৩॥

দ্বিজগণ আচমন করিয়া অনন্যমনে অন্ন ভোজন করিবে, ভোজনাবসানে ও আচমন করিবে। আচমন=জলদ্বারা ঘ্রাণ, চক্ষুঃ-শ্রোত্র, মুখ গহ্বর, মস্তকস্থিত এই ছয়টি ছিদ্র স্পর্শন।

শৌচ।

শৌচ কি? শরীরের অধোদেশে দুইটী দ্বার, মস্তকে সাতটী দ্বার ও তদ্ভিন্ন সমগ্র দেহে স্বেদনিঃস্বরণদ্বার(লোমকূপ) আছে। এই সকল দ্বারকে মলায়ন বা মলমার্গ কহে। মৃৎ জলাদি দ্বারা ইহাদের শুদ্ধি বিধানকে বাহ্য শৌচ কহে।

মল মূত্র ত্যাগ বিধি।

শিরঃ প্রাবৃত্য বাসসা বাচং নিয়ম্য যত্নেন
ষ্ঠীবনোচ্ছাস বর্জ্জিতঃ। কুর্য্যান্মূত্রপুরীষেতু
শুচৌ দেশে সমাহিতঃ॥ বিষ্ণু পুরাণম্।
তিষ্ঠেন্নাতিচিরং তস্মিন্নৈব কিঞ্চিদুদীরয়েৎ।
আহ্নিকতত্ত্বম্।
নিয়ম্য প্রযতোবাচং সম্বীতাঙ্গোহবগুণ্ঠিতঃ॥
মনুসংহিতা॥

চক্ষু, মুখ, নাসা এবং কর্ণরন্ধ্র ও মস্তক বস্ত্রাচ্ছাদনে আবৃত করিয়া, বাক্ সংযত হইয়া, একান্ত ভাবে শুচি প্রদেশে মলমূত্র ত্যাগ করিবে।

ঐ স্থানে অধিকক্ষণ বসিয়া থাকিবে না। মলমূত্রের সহিত গ্যাস বহির্গত হয়। ঐ দূষিত গ্যাস ইন্দ্রিয়চ্ছিদ্র এবং লোমকূপ দ্বারা দেহাভ্যন্তরে প্রবিষ্ট হইলে নানাপ্রকার কঠিন ব্যাধি হয়; এই জন্যই চোক ঢাকিবার কথা, এই জন্যই মুখ ঢাকিবার কথা, এই জন্যই নাসা, কর্ণরন্ধ্র ও দেহ বস্ত্রাচ্ছাদনে আবৃত করিবার কথা।

ন মূত্রং পথি কুর্ব্বীত ন ভস্মনি ন গোব্রজে॥
ন ফালকৃষ্টে ন জলে ন চিত্যাং ন চ পর্ব্বতে।
ন জীর্ণদেবায়তনে ন বল্মীকে কদাচন॥

ন সসত্ত্বেষু গর্ত্তেষু ন গচ্ছন্নাপি চ স্থিতঃ।
ন নদীতীরমাসাদ্য ন চ পর্ব্বতমস্তকে॥

মনুঃ, অঃ ৪॥

পথিমধ্যে বা ভস্মে অথবা গোষ্ঠে প্রস্রাবাদি পরিত্যাগ করিবে না। হলকৃষ্ট ভূমিতে, জলে, চিতাতে, পর্ব্বতে, জীর্ণ দেবালয়ে, বল্মীকস্তূপে, প্রাণিবিশিষ্ট গর্ত্তে বা গমন করিতে করিতে বা দণ্ডায়মান থাকিয়া বা নদীতীরে অথবা পর্ব্বতের শিখর দেশে কথনও মলমূত্র পরিত্যাগ করিবে না।

গন্ধলেপক্ষয়করং শৌচং কুর্য্যাদতন্দ্রিতঃ॥

যাজ্ঞবল্ক্যঃ॥

গন্ধক্ষয় পর্য্যন্ত শুদ্ধ মৃত্তিকা দ্বারা হস্ত পদাদি ধৌত করিবে।

বল্মীকমুষিকোত্খাতাং মৃদন্তর্জলাং তথা।
শৌচাবশিষ্টাং গেহাচ্চ ন দদ্যাল্লেপসম্ভবাম্॥
অন্তঃপ্রাণ্যবপন্নাঞ্চ হলোত্খাতাং সকর্দ্দমাম্॥

—বিষ্ণুপুরাণম্।

বল্মীক, মুষীকোৎথাত (উই ইঁদুরের মাটী), জল মধ্যস্থিত, শৌচাবশিষ্ট, গৃহ হইতে লেপসম্ভবা, মৃৎ কীটাদিযুক্ত, লাঙ্গলোদ্ধৃত, সকর্দ্দম এই সকল মৃত্তিকা শৌচ কর্ম্মে গ্রহণ করিবে না।

ধর্ম্মবিদ্দক্ষিণং হস্তমধঃ শৌচে ন যোজয়েত্।
তথৈব বামহস্তেন নাভেরূর্দ্ধং ন শোধয়েত্।

প্রকৃতিস্থিতিরেষা স্যাত্ কারণাতুভয়ক্রিয়া ॥

—দেবলঃ ॥

ধর্ম্মজ্ঞব্যক্তি অধঃশৌচে দক্ষিণ হস্ত যোগ করিবে না। সেই প্রকার বাম হস্ত দ্বারা নাভীর উর্দ্ধ স্থান শোধন করিবে না। উভয় হস্ত কার্য্যক্ষম হইলে এই নিয়ম, পরন্তু ব্যাধি (ব্রণাদি) দ্বারা আক্রান্ত হইলে প্রত্যেক হস্তে উভয়কার্য্য চলিতে পারে।

রহঃ কুর্য্যান্নির্হারঞ্চৈব সর্ব্বদা।

—বিষ্ণুপুরাণম্।

মলমূত্র ত্যাগ অতি নির্জ্জনে করিবে।

যস্মিন্ স্থানে কৃতং শৌচং বারিণাতদ্বিশোধ-
য়েত্। —ঋষ্যশৃঙ্গঃ ॥

যে স্থানে শৌচকার্য্য সম্পাদন করিবে, বারি দ্বারা সেই স্থান শোধন করিবে।

কৃত্বা নখবিশোধনং তৃণাদিনা। শঙ্খদক্ষৌ ॥

নখের ভিতরের ময়লা তৃণাদি দ্বারা উত্তমরূপে পরিষ্কার করিবে।

দন্তধাবনাদি।

আপোথিতাগ্রং দ্বৌকালৌকষায়ং কটুতিক্তকম্।
ভক্ষয়েদন্তপবনং দন্তমাংসান্যবধায়ন্ ॥

—চরকঃ।

প্রতিদিন দুইবার করিয়া দন্তধাবন করিবে। দাঁতন কাঠির অগ্রভাগ চিবাইয়া ক্রুষের মত সরু ও নরম করা আবশ্যক।

দাঁতন কাঠী কষায়, কটু বা তিক্তরস হওয়া আবশ্যক। ইহা দ্বারা দন্তশোধন হয়। এরূপভাবে দন্তমার্জ্জন করিবে যেন দন্তমাংসে না লাগে।

নিহন্তি গন্ধবৈরস্যং জিহ্বাদন্তাস্যজং মলম্।
নিষ্কৃষ্য রুচিমাধত্তে সদ্যোদন্তবিশোধনম্ ॥

—চরকঃ ॥

দন্তমার্জ্জন করিলে মুখের দুর্গন্ধ, বিরসতা এবং জিহ্বা, দন্ত ও মুখের মল বহির্গত হইয়া রুচি হয়। দন্তমার্জ্জন সদ্য সদ্য দন্তদিগকে বিশুদ্ধ করে।

করঞ্জকরবীরার্ক মালতী ককুভাসনাঃ।
শস্যন্তে দন্তপবনে যে চাপ্যেবংবিধাদ্রুমাঃ ॥

—চরকঃ ॥

করঞ্জ, করবীর, আকন্দ, মালতী, অর্জ্জুন, পিয়াসাল এবং তদ্রূপ অন্যান্য বৃক্ষ দন্তধাবনের পক্ষে প্রশস্ত।

সুবর্ণরৌপ্যতাম্রাণি ত্রপুরীতিময়ানি চ।
জিহ্বা নির্লেখনানি স্যুরতীক্ষ্ণান্যনৃজুনি চ।
জিহ্বামূলগতং যচ্চ মলমুচ্ছাসরোধি চ।
সৌগন্ধং ভজতে তেন তস্মাজ্জিহ্বাং বিনির্লি-
খেত্ ॥—চরকসংহিতা ॥

সুবর্ণ, রৌপ্য, তাম্র, সীস ও পিত্তল নির্ম্মিত জিহ্বানির্লেখন (জিবছোলা) সমস্তই প্রশস্ত। জিবছোলা পাতলা ও বাঁকা হওয়া আবশ্যক। তদ্দ্বারা জিহ্বামূলের মল ও উচ্ছ্বাসের অবরোধক মল দূর হইয়া মুখ সুগন্ধ হয়। এই জন্যই প্রত্যহ জিবছোলা দ্বারা সদা জিহ্বা পরিষ্কার করিবে।

জিহ্বোল্লেখঃ সদৈবহি ॥ শাতাতপঃ ॥

তৃণাঙ্গারকপালাশ্মবালুকায়সচর্ম্মভিঃ।
দন্তধাবন কর্ত্তারো ভবন্তি পুরুষাধমাঃ ॥

—পদ্মপুরাণম্ ॥

তৃণ, অঙ্গার, কপাল (খাপরা), প্রস্তর, বালুকা, লৌহ, চর্ম্ম, এই সকল বস্তু দ্বারা কদাচ দন্তধাবন করিবে না।

অতঃপর পূর্ব্বোল্লিখিত ব্যায়ামানুষ্ঠান করিবে।

স্নান বিধি।

নদীষু দেবখাতেষু তড়াগেষু সরঃসু চ।
স্নানং সমাচরেন্নিত্যং গর্ত্ত প্রস্রবণেষু চ ॥

—মনুসংহিতা, ৪ অঃ, ২০৩ ॥

নদী, দেবখাত (হ্রদ), তড়াগ, সরোবর, গর্ত্ত যাহা চারিক্রোশের ন্যূন ব্যাপিয়া আছে ও প্রস্রবণ এই সকলের কোন একটীর জলে অবগাহন করিবে।

বর্জ্জয়েত্ অভ্যঙ্গম্।

—মনুসংহিতা, ২অঃ, ১৭৮ ॥

ব্রহ্মচর্য্যাবস্থায় তৈল দ্বারা সর্ব্বাঙ্গ অভ্যঞ্জন করা নিষিদ্ধ। গার্হস্থ্যাশ্রমে অভ্যঙ্গের বিধি আছে।

অঙ্গ মার্জ্জন করিবে।—শরীর মার্জ্জন করিলে, শরীরের দৌর্গন্ধ, গুরুতা, তন্দ্রা, কণ্ডু, মল, অরুচি, স্বেদ, ও বিভৎসতা (কুৎসিত ভাব) দূর হয়।

দৌর্গন্ধং গৌরবং তন্দ্রাং কণ্ডুমলমরোচকম্।
স্বেদং বিভত্সতাং হন্তি শরীরপরিমার্জ্জনম্॥
—চরকসংহিতা॥

ঋষি চরক আরও বলিয়াছেন—

পবিত্রং বৃষ্যং আয়ুষ্যং শ্রমস্বেদমলাপহম্।
শরীরবলসন্ধানং স্নানমোজস্করং পরম্॥

স্নান পবিত্র, বৃষ্য, আয়ুর্ব্বর্দ্ধক, শ্রমনাশক, স্বেদনাশক, মলনাশক, বলকারক এবং পরম ওজস্কর।

শৌচের গুণ।—

মেধং পবিত্রমায়ুষ্যমলক্ষ্মী কলিনাশনম্॥
পাদয়োর্ম্মলমার্গাণাং শৌচাধানমভীক্ষ্ণশঃ॥
—চরকসংহিতা॥

পাদদ্বয় ও মলমার্গ সমূহের সর্ব্বদা শৌচ সম্পাদন করিলে শরীর মেধ্য ও পবিত্র হইয়া থাকে, দীর্ঘজীবন লাভ করা যায় এবং অলক্ষ্মী ও কলি (পাপ) দূর হয়।

কেশ-নখাদি কর্ত্তন।—

মলায়নেষ্বভীক্ষ্ণং পাদয়োশ্চ বৈমল্যমাদধ্যাত্।
ত্রিঃপক্ষস্য কেশশ্মশ্রুলোমনখান্ সংহারয়েত্।
—চরকসংহিতা॥

মলায়ন ও পাদদ্বয়ের সর্ব্বদা নির্ম্মলতা রক্ষা করিবে। এক পক্ষের মধ্যে তিনবার কেশ,শ্মশ্রু,লোম ও নখ ছেদন করিবে।

কেশ, শ্মশ্রু ও নখাদির ছেদন ও প্রসাধন করিলে পুষ্টি, বৃষ্যতা, আয়ু, শৌচ ও রূপ লাভ হয়।

—চরক সংহিতা।

পরিধেয়।—

সাধুবেশ হইবে। কদাপি অন্যের ব্যবহৃত বস্ত্র, পাদুকাদি ব্যবহার করিবে না।

উপানহৌচ বাসশ্চ ধৃতমন্যৈ র্ন ধারয়েত্॥
—মনুঃ, ৪অঃ, ৬৬॥

কে জানে কাঁহার কি ব্যারাম। এক এক জনের শরীরের এক এক রকম সাস্থ্য। প্রায় ২৪ ঘণ্টা মানুষের বসন, জামা, গামছা, রুমাল, চাদর, বিছানা, পাদুকা ইত্যাদির সহিত সম্পর্ক। প্রত্যেকেরই সাস্থ্য উল্লিখিত পরিধেয়াদিতে প্রবর্ত্তিত হয়, সুতরাং একের দুষ্ট সাস্থ্য যেন তোমাতে সংক্রামিত না হয় তজ্জন্যই আমার প্রভু আমাকে এই সত্যবাণী দান করিয়াছিলেন—

"একত্র ভোজন এবং কোন ও জীব
বা মনুষ্যকে কদাচ ও স্পর্শ করিও না ॥"

'অন্যে মন্দ সুতরাং তাহার পরিধেয়াদি সঙ্গ হইতে দূরে থাকিবে' ইহা যেন তোমার হৃদয়ে কদাপিও স্থান না পায়। তোমার শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য রক্ষার জন্যই প্রবর্ত্তাবস্থায় ঐ সতর্কতা আবশ্যক।

নির্ম্মল বসন পরিধান করিলে শ্রী, যশ, আয়ু, অলক্ষ্মীনাশ, হর্ষ, সভ্যতা ও প্রশংসনীয়তা হয়।

—চরক সংহিতা।

পাদুকা—পরিধান চক্ষুর হিতকর, স্পর্শেন্দ্রিয়ের হিতকর, পাদদ্বয়ের বিঘ্ননাশক, বলকারক, উৎসাহকারক, সুখকারক ও বৃষ্য।

দণ্ডধারণ—করিলে পদস্খলন নিবারিত হইতে পারে। দণ্ড, শত্রু নিসূদন, দেহের স্তম্ভ স্বরূপ, আয়ুষ্য ও বলকারক।

মানসতপঃ।

শ্রোত্রং ত্বক্ চক্ষুষী জিহ্বা নাসিকাচৈব পঞ্চমঃ।
পায়ূপস্থং হস্তপাদং বাক্‌চৈব দশমী স্মৃতা ॥
বুদ্ধীন্দ্রিয়াণি পঞ্চৈষাং শ্রোত্রাদীন্যনুপূর্ব্বশঃ ।
কর্ম্মেন্দ্রিয়াণি পঞ্চৈষাং পায্বাদীনি প্রচক্ষতে ॥
একাদশং মনোজ্ঞেয়ং স্বগুণেনোভয়াত্মকম্ ।
যস্মিন্ জিতে জিতাবেতৌ ভবতঃ পঞ্চকৌ গণৌ॥

মনুসংহিতা, ২ অঃ ॥

মনকে জয় করিতে পারিলে বুদ্ধীন্দ্রিয় পঞ্চ ও কর্ম্মেন্দ্রিয় সংযত হইয়া থাকে।

শৌচন্তু দ্বিবিধং প্রোক্তং বাহ্যমভ্যন্তরন্তথা।
মৃজ্জলাভ্যাং স্মৃতং বাহ্যং ভাবশুদ্ধিস্তথান্তরম্ ॥
গাঙ্গতোয়েন কৃৎস্নেন মৃদ্ভারৈশ্চ নগোপমৈঃ।
আ মৃত্যো স্নাতকশ্চৈব ভাবদুষ্টো ন শুধ্যতি ॥

আহ্নিকতত্ত্বম্ ॥

বাহ্য অভ্যন্তর ভেদে শৌচ দুই প্রকার : মৃত্তিকা ও জল দ্বারা বাহ্য শৌচ এবং ভাবশুদ্ধি দ্বারা অন্তর শৌচ। বহু গঙ্গাজল দ্বারা, পর্ব্বত পরিমাণ মৃত্তিকা দ্বারা মৃত্যু পর্য্যন্ত স্নাতক হইলেও ভাবদুষ্ট ব্যক্তি শুদ্ধ হয় না।

মন অপরাপর ইন্দ্রিয়ের চেষ্টার কারণ অর্থাৎ মনই ইন্দ্রিয়গণকে স্ব স্ব বিষয়ে প্রবর্ত্তিত করিয়া থাকে।

যাহাতে ইন্দ্রিয় ও মন অনুপহত থাকিয়া প্রকৃতিস্থ থাকে তদ্বিষয়ে যত্ন করা উচিৎ।

অসাত্ম্য বিষয় পরিহার পূর্ব্বক সাত্ম্য বিষয় অনুসরণ করিবে।

সমীক্ষ্যকারিতা সহকারে দেশ, কাল ও আত্মার অবিরুদ্ধ ব্যবহার করিবে।

আত্মহিতৈষী ব্যক্তি সর্ব্বদা সর্ব্ববিষয়ে মনস্থির রাখিয়া সৎকার্য্য অনুষ্ঠান করিবে।

ভগবান আত্রেয় অগ্নিবেশ মুনিকে সেই সদ্‌বৃত্তি সমূহের উপদেশ দিতেছেন—

সদাচার বিধি।

দেব, গো, ব্রাহ্মণ, গুরু, বৃদ্ধ, সিদ্ধ ও আচার্য্যদিগকে অর্চ্চনা করিবে।

পূর্ব্বাহ্ণ ও সায়াহ্ন দুই কালে জল দ্বারা আচমন করিবে।

মলায়ন ও পাদদ্বয়ের সর্ব্বদা নির্ম্মলতা রক্ষা করিবে।

সর্ব্বদা অচ্ছিন্ন বস্ত্রধারী ও প্রসন্নমনাঃ হইবে।

সাধুবেশ হইবে।

আগন্তুক ব্যক্তিকে তুমি অগ্রে সম্ভাষণ করিবে, মিষ্টমুখ হইবে ও বিপন্নকে আশ্বাস দিবে।

অতিথিদিগের পূজা করিবে।

পিতৃদিগকে পিণ্ডদান করিবে।

সময় বুঝিয়া হিতকর অথচ পরিমিত ও মধুর অর্থযুক্ত বাক্য প্রয়োগ করিবে।

সংযতাত্মা ও ধর্ম্মাত্মা হইবে।

যে কারণে কাহারও উন্নতি হইয়াছে সেই কারণের প্রতি ঈর্ষা করিবে, কিন্তু সেই কারণের ফলের প্রতি ঈর্ষা করিবে না। অর্থাৎ যত্ন, উদ্যোগ ও পরিশ্রমগুণেই লোকের উন্নতি হয়, কাহারও উন্নতির ঈর্ষা না করিয়া তাহার যত্ন, উদ্যোগ ও পরিশ্রমের অনুকরণ করিবে।

নিশ্চিন্ত; নির্ভীক, লজ্জাশীল, বিমৃষ্যকারী, উৎসাহী, দক্ষ, ক্ষমাবান, ধার্ম্মিক ও আস্তিক হইবে।

বিনয়, বুদ্ধিও বিদ্যা সম্বন্ধে যাঁহাদের উৎকর্ষ আছে, যাঁহারা বয়োবৃদ্ধ, সিদ্ধ ও আচার্য্য তাঁহাদের উপাসনা করিবে।

ছত্র, দণ্ড, উষ্ণীষ ও উপানহ ধারণ করিবে।

চলিবার সময় সম্মুখে অন্ততঃ চতুর্হস্ত স্থানের প্রতি দৃষ্টি রাখিবে।

সর্ব্বদা মঙ্গলাচরণ করিবে।

কুৎসিৎ বস্ত্র, অস্থি, কণ্টক, অপবিত্র কেশ, তুষ,জঞ্জাল, ভস্ম ও কপাল সমূহের নিকট দিয়া যাইবে না।

শ্রান্তিবোধ না হইবার পূর্ব্বেই শ্রম ত্যাগ করিবে।

সর্ব্বপ্রাণীর প্রতি বন্ধুভাব প্রদর্শন করিবে।

ক্রুদ্ধদিগকে অনুনয় ও ভীতদিগকে আশ্বাস প্রদান করিবে।

দরিদ্রদিগকে অনুগ্রহ করিবে।

সত্যসন্ধ হইবে।

পরের পরুষ বাক্যে সহিষ্ণুতা প্রদর্শন করিবে, কিন্তু নিজে পরুষ হইবে না।

প্রশস্তগুণদর্শী হইবে, দোষ পরিত্যাগ করিয়া গুণ গ্রহণ করিবে।

রাগদ্বেষের কারণ পরিহার করিবে।

অসত্য কহিবে না।

পরস্ব গ্রহণ করিবে না।

পরশ্রীকাতর হইবে না।

বৈর ইচ্ছা করিবে না।

পাপ করিবে না।

অপকারীর ও অপকার করিবে না।

পরের রহস্য প্রকাশ করিবে না।

অধার্ম্মিক বা রাজবিদ্বিষ্টদিগের সহিত বাস করিবে না।

পাপাচারী, পাপালাপী, পাপমনা, মিথ্যাবাদী, কলহপ্রিয়, নিষ্ঠুরোপহাসী, লুব্ধ, পরশ্রীকাতর, শঠ, পরনিন্দাপরায়ণ, পরদারগামী, নির্দ্দয় ও ত্যক্তধর্ম্মা নরগণ সর্ব্বথা বর্জ্জনীয়।

যাঁহারা বুদ্ধি, বিদ্যা, বয়স, শীল, ধৈর্য্য স্মৃতি ও সমাধি গুণে প্রবীণতা লাভ করিয়াছেন, যাঁহারা বৃদ্ধদিগের সেবা করিয়া থাকেন, যাঁহারা লোকচরিত অবগত আছেন, যাঁহারা সুপ্রসন্নমনাঃ, মিষ্টভাষী ও সর্ব্বভূতের প্রতি প্রশান্ত এবং যাঁহারা

প্রশস্তাচার, সন্মার্গ প্রদর্শক, পুণ্যশ্রবণ ও পুণ্যদর্শন তাঁহা-দের সহবাস করিবে।

অনাস্তীর্ণ (গুটান), উপাধানহীন, অপ্রশস্ত বা অসম শয়নে শয়ন করিবে না।

গিরিগহ্বর বা গিরি শিরে বিচরণ করিবে না।

উগ্র স্রোতঃজলে অবগাহন করিবে না।

কুল গাছের ছায়া সেবন করিবে না।

উচ্চ হাস্য করিবে না।

লোকের সম্মুখে সশব্দ বায়ু নিঃসরণ করিবে না।

মুখ না ঢাকিয়া জৃম্ভা (হাইতোলা), ক্ষবথু (হাঁচি) কিম্বা হাস্য করিবে না।

নাক খুটিবে না। দন্ত ঘর্ষণ করিবে না। নখ বাজাইবে না। অঙ্গ কুৎসিৎ ভাবে প্রসারিত বা সঙ্কুচিত করিয়া কোন কার্য্য করিবে না।

চৈত্য স্থান, ধ্বজ, গুরু ও পূজ্যদিগের ছায়া বা প্রশস্ত ছায়া মাড়াইবে না।

রাত্রিতে দেবালয়, চত্বর, চতুষ্পথ, উপবন, শ্মশান ও বধ্য-ভূমিতে সেবা করিবে না। শূন্যগৃহে বা অটবীতে একাকী প্রবেশ করিবে না।

পাপাচার স্ত্রী, মিত্র ও ভৃত্যদিগকে ভজনা করিবে না। উত্তমদিগের সহিত বিরোধ করিবে না। নিকৃষ্টদিগের উপাসনা করিবে না।

বক্ররুচির অনুসরণ করিবে না।

অনার্য্যের আশ্রয় লইবে না।

ভয়োৎপাদন করিবে না।

অতি সাহস, অতি নিদ্রা, অতি জাগরণ, অতি স্নান, অতি পান, ও অতি ভোজন করিবে না। ঊর্দ্ধজানু হইয়া অধিক-ক্ষণ বসিবে না। সর্প, দংষ্ট্রী ও শৃঙ্গী জন্তুর নিকট যাইবে না।

পূর্ব্ববায়ু, সম্মুখ রৌদ্র, হিম ও অতিবায়ু পরিহার করিবে।

কলহ করিবে না।

শ্রান্তি ও ঘর্ম্ম দূর না হইলে স্নান করিবে না, উলঙ্গ হইয়া স্নান করিবে না, যে বস্ত্র পরিধান করিয়া স্নান করিবে সেই বস্ত্র দিয়া মাথা মুছিবে না। কেশের অগ্রভাগ ধরিয়া টানিবে না। স্নান করিয়া সেই বস্ত্র পরিধান করিয়া থাকিবে না।

অস্নাত হইয়া, হোম না করিয়া, পিতৃলোক, গুরুজনকে দান না করিয়া, হাত, পা ও মুখমণ্ডল প্রক্ষালন না করিয়া, শুদ্ধমুখ ও উত্তর মুখ না হইয়া, ভক্ষণ করিবে না।

অমেধ্য ভোজন পাত্রে, অকালে, অস্থানে, এবং বহুজনা-কীর্ণস্থানে ভোজন করিবে না। উপস্থিত অন্নকে কুৎসা করিবে না; পরন্তু অকুৎসিৎ অন্ন ভোজন করিবে। শত্রুর আনীত অন্ন ভোজন করিবে না। শুষ্ক বা বাসী অন্ন সেবন করিবে না।

রাত্রিতে দধি ভোজন করিবে না। দিবসে কেবল ছাতু খাইয়া থাকিবে না। রাত্রিতে ছাতু খাইবে না। ভোজনের

পর ছাতু খাইবে না। অনেক ছাতু খাইবে না। দুই বার ছাতু খাইবে না। জল না দিয়া ছাতু খাইবে না।

দন্তদ্বারা চর্ব্বণ না করিয়া ভোজন করিবে না। শরীর বক্র ভাবে রাখিয়া হাঁচিবে না, বা ভোজন করিবে না বা শয়ন করিবে না।

মলাদির বেগ হইলে মলাদি পরিত্যাগ না করিয়া অন্য কার্য্য করিবে না।

বায়ু, অগ্নি, সলিল, চন্দ্র, সূর্য্য, ব্রাহ্মণ ও গুরুজনের দিকে মুখ করিয়া থুৎকার, বিষ্ঠা ও মূত্র ত্যাগ করিবে না। পথে প্রস্রাব করিবে না।

জনস্থানে, ভোজন কালে এবং জপ-হোম-অধ্যয়ন ইত্যাদি মঙ্গল কার্য্যের অনুষ্ঠান কালে কফ ও শিকনী পরিত্যাগ করিবে না।

সাধু ও গুরুদিগের নিন্দা করিবে না। অশুচি হইয়া পূজ্যপূজা ও অধ্যয়ন করিবে না। অধিক সময় পরিষ্কার করিবে না, গর্ব্বিত গচ্ছ করিবে না। নিয়ম ভঙ্গ করিবে না।

রাত্রিকালে অপরিচিত স্থানে বিচরণ করিবে না।

সন্ধ্যাকালে আহার, অধ্যয়ন ও নিদ্রা সেবন করিবে না।

বালক, বৃদ্ধ, লুব্ধ, মূর্খ, ক্লিষ্ট ও ক্লীবদিগের সহিত সখ্য করিবে না।

গুহ্য কথা প্রকাশ করিবে না।

কাহাকেও অবমাননা করিবে না। অধীর কিম্বা উদ্ধত হইবে

না। অবিশ্বস্ত হইবে না। স্বজনের সহিত বাস করিবে। যাহাকে তাহাকে বিশ্বাস করিবে না। যাহাকে তাহাকে আশঙ্কা করিবে না। পদে পদে বিচার না করিয়া চলিবে না—কার্য্যকাল অতি-বাহিত করিবে না। অপরীক্ষিত বিষয়ে অভিনিবেশ করিবে না। চঞ্চলমনকে আর অধিক চঞ্চল করিবে না। জ্ঞানেন্দ্রিয় সকলের অতিচালনা করিবে না। অত্যন্ত দীর্ঘসূত্রী হইবে না। ক্রোধ ও হর্ষ হইলেই তদনুসারে কার্য্য করিবে না।

কার্য্য সিদ্ধিতে অত্যন্ত আনন্দিত ও অসিদ্ধিতে অত্যন্ত দুঃখিত হইবে না।

সর্ব্বদা আত্ম প্রকৃতিকে স্মরণ করিবে।

যাহা করিবার ছিল তাহা করা হইয়াছে আর কিছু করি-বার নাই এইরূপ ভাবিয়া নিশ্চিন্ত হইবে না।

কার্য্য ফল লাভ সম্বন্ধে হতাশ হইয়া পরাক্রম পরিত্যাগ করিবে না। পরাপবাদ স্মরণ করিবে না।

ব্রহ্মচর্য্য পরায়ণ হইবে; জ্ঞান পরায়ণ হইবে; দান করিবে; মিত্রভাবাপন্ন হইবেক অর্থাৎ সর্ব্বভূতের মিত্র স্বরূপ হইয়া জীবন যাপন করিবেক; করুণাপরায়ণ হইবে অর্থাৎ সর্ব্বজীবে দয়া করিবে; হর্ষ পরায়ণ হইবেক অর্থাৎ সর্ব্বদা আনন্দিত মনে যাপন করিবে; উপেক্ষাপরায়ণ হইবে অর্থাৎ মানাপমান, জয়াজয়, সুখদুঃখ প্রভৃতিতে মুহ্যমান না হইয়া সমভাব প্রদর্শন করিবে; এবং শমপর হইবে অর্থাৎ কিছুতেই

মনের শান্তিকে নষ্ট হইতে দিবে না।

—চরক, ইন্দ্রিয়োপক্রমণীয় অধ্যায়।

হিতজনক পদার্থের মধ্যে শান্তিগুণাবলম্বন সর্ব্বশ্রেষ্ঠ। রোগোৎপত্তির সমুদয় কারণের মধ্যে আহারাদির মিথ্যাযোগই সর্ব্বপ্রধান; আয়ুষ্কর পদার্থের মধ্যে ব্রহ্মচর্য্যই শ্রেষ্ঠ। বৃষ্যতাজনক উপায়ের মধ্যে মনের সঙ্কল্পই প্রধান। অবৃষ্য পদার্থের মধ্যে মনের উৎকণ্ঠা সর্ব্বপ্রধান; প্রাণোপরোধী পদার্থের মধ্যে বলাতিরিক্ত কার্য্যারম্ভ সর্ব্বশ্রেষ্ঠ; রোগবর্দ্ধকের মধ্যে মনের বিষন্নতা সর্ব্বপ্রধান; পরিশ্রম অপনোদনের পক্ষে স্নান প্রধান উপায়; পুষ্টিকর পদার্থের মধ্যে নিবৃত্তি বা মনের সন্তোষই প্রধান; নিদ্রাকারকের পক্ষে পুষ্টি সর্ব্বপ্রধান; এবং তন্দ্রাকারকের মধ্যে নিদ্রা প্রধান।

আরোগ্যকর স্থানের মধ্যে মরুভূমিই প্রধান। অহিতকর দেশের মধ্যে অনূপদেশ প্রধান; বর্জ্জনীয় ব্যক্তির মধ্যে নাস্তিকই প্রধান; ক্লেশকর পদার্থের মধ্যে লোভই প্রধান; আর্ত্তলক্ষণের মধ্যে অস্থিরতাই প্রধান আর্ত্ততা ব্যঞ্জক।

ঔষধের মধ্যে তত্ত্বজ্ঞানই প্রধান। সুখজনক বিষয়ের মধ্যে সর্ব্বত্যাগই প্রধান।

—চরক, যজ্জপুরুষীয় অধ্যায়।

আত্মিক তপঃ।

নায়মাত্মা বলহীনেন লভ্যো
ন চ প্রমাদাত্তপসোবাপ্যলিঙ্গাত্।
এতৈরুপায়ৈর্যততে যস্তু বিদ্বান্
তস্যৈক আত্মা বিশতে ব্রহ্মধাম।
—মুণ্ডকোপনিষত্।

শারীরিক, মানসিক এবং আত্মিকশক্তি ভিন্ন তাঁহাকে লাভ করা যায় না। শক্তিলাভ করিতে হইলেই কর্ম্ম করিতে হইবে। তাই উপনিষৎ এই সত্য ঘোষণা করিয়াছেন—"অলস হইও না। জড়ভরত হইয়া থাকিও না।"

উত্তিষ্ঠত জাগ্রত প্রাপ্যবরান্নিবোধত।

একদা আমার প্রভু আমাকে লিখিয়াছিলেন—

চৈতন্য, লাভ কর॥ নৈষ্ঠিক, হও॥
মাঙ্গল্যের, রও॥ ধর্ম্মে জয়যুক্ত হও॥

তামসিক জড় প্রকৃতি সেই নিত্যপুরুষের কোন খোঁজ রাখে না। বলহীন তাঁহাকে লাভ করিতে পারে না। শরীরের শক্তি—কর্ম্ম, মনের শক্তি—জ্ঞান। আত্মার শক্তি—প্রেম ও ভক্তি।

এই কর্ম্ম, জ্ঞান, ভক্তি ও প্রেমের সংমিশ্রণ পন্থা—সেই

সমগ্রশক্তির আধার, আত্মার স্বরূপানুভূতি লাভ করাইয়া অন্তর্গ্রামে এক অনির্ব্বচনীয় উদ্বেল তুলিয়া দেয়। সে উদ্বেলে কত শান্তি, কত আনন্দ, কত নিত্যত্ব!

গোদাবরী তীরে, বিদ্যানগরে ভুবনপাবন শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য, রায় রামানন্দসনে মিলিত হইয়াছেন। মহাপ্রভু ক্রমসাধন-তত্ত্ব রায়ের মুখে প্রকাশ করিতেছেন।

রায় কহে 'জ্ঞানমিশ্রা' ভক্তি সাধ্য সার।
ব্রহ্মভূতো প্রসন্নাত্মা ন শোচতি ন কাঙ্ক্ষতি।
সমঃ সর্ব্বেষু ভূতেষু মদ্ভক্তিং লভতে পরাম্।
গীতা, ১৮ অঃ, ৫৪॥

ব্রহ্মে নিশ্চলভাবে অবস্থিত অতএব প্রসন্নচেতাঃ সাধক নষ্ট বস্তুর নিমিত্ত শোক ও অপ্রাপ্ত বস্তুর নিমিত্ত আকাঙ্ক্ষা করেন না; এবং সর্ব্বভূতে সমদর্শী হইয়া আমার পরা অর্থাৎ অনুভবস্বরূপ ভক্তি লাভ করেন।

প্রভু কহে এহো বাহ্য আগে কহ আর।
রায় কহে "জ্ঞানশূন্য ভক্তি" সাধ্য সার॥
জ্ঞানে প্রয়াসমুদপাস্য নমন্ত এব
জীবন্তি সন্মুখরিতাং ভবদীয়বার্ত্তাম্।
স্থান স্থিতাঃ শ্রুতিগতাং তনুবাঙ্মনোভি-
র্যে প্রায়শোঽজিতো জিতোঽপ্যসি
তৈস্ত্রিলোক্যাম্॥
—ভাগবত, ১০।১৪।৩

হে ভগবান্ তোমার স্বরূপভূত ঐশ্বর্য্য মহিমা বিচারে প্রয়াস পরিত্যাগ পূর্ব্বক সাধুনিবাসে অব্যগ্রভাবে অবস্থিতি করিয়া যে মৌনশীল সাধু মণ্ডলীকেও মুখরিত করে, অনায়াসে কর্ণমূলাগত সেই তোমার কথা কায়মনোবাক্যে সংকার করতঃ যে সকল ব্যক্তি জীবনধারণ করে, ত্রৈলোক্য মধ্যে আপনি দুর্ল্লভ হইলেও প্রায়শঃই তাঁহারা আপনাকে বশীভূত করেন।

প্রভু কহে এহো হয় আগে কহ আর।
রায় কহে 'প্রেমভক্তি' সর্ব্ব সাধ্য সার॥
নানোপচারকৃত পূজনমার্ত্তবন্ধোঃ
প্রেম্নৈব ভক্তহৃদয়ং সুখবিদ্রুতং স্যাত্।
যাবত্ ক্ষুদস্তি জঠরে জরঠা পিপাসা
তাবত্ সুখায় ভবতো ননু ভক্ষ্যপেয়ে॥

—পদ্যাবল্যাম্।

বিবিধ উপচার দ্বারা দীননাথ শ্রীকৃষ্ণের পূজা পরিহার করতঃ ভক্তের হৃদয় একমাত্র প্রেম দ্বারাই দ্রবীভূত হয়। যে কাল পর্য্যন্ত উদরে বলবত্তর ক্ষুধা ও পিপাসা বিদ্যমান থাকে, সে পর্য্যন্তই ভক্ষ্য ও পেয় বস্তু সুখপ্রদ হইয়া থাকে। কিন্তু উদরপূর্ত্তি দ্বারা ক্ষুৎপিপাসার নিবৃত্তি হইলে আর ভক্ষ্যপেয় বস্তু ভাল লাগে না। সেইরূপ প্রেমের আবির্ভাবের অভাবে যাবৎকাল হৃদয়শূন্য থাকে, তাবৎকাল পর্য্যন্ত বাহ্যপূজা সুখদ হয়, কিন্তু প্রেমের আবির্ভাব হইলে

হৃদয়ে যে আনন্দের উদয় হয় বাহ্যপূজা তাহা সম্পাদনে সমর্থ হয়না।

প্রভু কহে এহো হয় আগে কহ আর।

রায় কহে 'দাস্যপ্রেম' সর্ব্বসাধ্য সার॥

রুচিভেদে জীবের সাধনের পন্থাও ভিন্ন। তাই কুরুক্ষেত্রে ভারতোদ্ধারণচন্দ্র শ্রীকৃষ্ণ অবশেষে ধনঞ্জয়ের সমক্ষে এই সত্যোদ্‌ঘাটন করিয়াছিলেন—

যে যথা মাং প্রপদ্যন্তে তাং স্তথৈব ভজাম্যহম্।

মম বর্ত্মানুবর্ত্তন্তে মনুষ্যাঃ পার্থ সর্ব্বশঃ॥

আমাকে ত যে যে ভক্তে ভজে যেই ভাবে।

তারে সে সে ভাবে ভজি এ মোর স্বভাবে॥

শ্রীশ্রীচৈতন্যচরিতামৃত।

যেহপ্যন্য দেবতা ভক্তা যজন্তে শ্রদ্ধয়ান্বিতাঃ।

তেহপি মামেব কৌন্তেয় যজন্ত্যবিধিপূর্ব্বকম্॥

১। জ্ঞানমিশ্রা ভক্তি তাঁহাকে ঐশ্বর্য্যময়, অনাদি, অনন্ত, বিরাটপুরুষ দর্শন করেন।

তমীশানং জগতস্তস্থুষস্পতিং

ধিয়ং জিন্বমবসে হুমহে বয়ং।

পূষা নো যথা বেদসাম সদ্বৃধে

রক্ষিতা পায়ুরদব্ধঃ স্বস্তয়ে॥

ঋগ্বেদ অঃ ১০।

ন দ্বিতীয়ো ন তৃতীয়শ্চতুর্থো নাপ্যুচ্যতে
স এষ এক এক বৃদেক এব। সর্বে অস্মিন্
দেবা একবৃতো ভবন্তি ॥

—অথর্ব্ব বেদঃ ১৩, ৪ ॥

পরীত্য ভূতানি পরীত্য লোকান্
পরীত্য প্রদিশোদিশশ্চ।
উপস্থায় প্রথমজামৃতস্যাত্ম
নস্তা নমভি সংবিবেশ।

—যজুর্ব্বেদঃ।

যস্মিন্ দ্যৌঃ পৃথিবী চান্তরীক্ষমোতং মনঃ সহ
প্রাণৈশ্চ সর্ব্বৈ।
তমেবৈকং জানথ আত্মানমন্যথা বাচো
বিমুঞ্চথ অমৃতস্যৈষসেতু।

জ্ঞানশূন্যভক্তি বা অহৈতুকী ভক্তি প্রহ্লাদের হইয়াছিল। হিরণ্যকশিপু প্রহ্লাদকে নানা ভয় দেখাইয়া বলিতেছেন, 'প্রহ্লাদ কেন তুই হরিনাম করিস্'। প্রহ্লাদ বলিলেন:—'পিতঃ জানি না, হরিনাম করিতে আমার বড় সুখ হয়—তাই হরি হরি বলি—কেন করি তাহা জানি না।'

শরণ লঞা করে কৃষ্ণে আত্মসমর্পণ।

—শ্রীচৈতন্যচরিতামৃত।

ভগবানে আত্ম সমর্পণ অহৈতুকী ভক্তির লক্ষণ।

নীলাচলে রজনী দিবস কৃষ্ণ-বিরহ-বিহ্বল মহাপ্রভু স্বরূপ এবং রামানন্দ সহিত নানা প্রেমালাপনে অধীর হইয়া শুদ্ধ ভক্তি মাগিতে লাগিলেন।

ন ধনং ন জনং ন সুন্দরীং
কবিতাং বা জগদীশ কাময়ে।
মম জন্মনি জন্মনীশ্বরে,
ভবতাদ্ভক্তিরহৈতুকী ত্বয়ি।

ধন জন নাহি মাগোঁ—কবিতা সুন্দরী।
শুদ্ধ ভক্তি দেহ মোরে কৃষ্ণ কৃপা করি।

ভুবনমঙ্গলকারী শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য সনাতনকে শিক্ষাচ্ছলে জগতে যে নিগূঢ় তত্ত্ব প্রকাশ করিয়াছিলেন শ্রীকৃষ্ণদাস কবিরাজ গোস্বামী সেই তত্ত্ব উল্লাসে শ্রীচৈতন্যচরিতামৃতে লিপিবদ্ধ করিয়া গিয়াছেন।

কোনো ভাগ্যে কোনো জীবের শ্রদ্ধা যদি হয়।
তবে সেই জীব সাধুসঙ্গ যে করয়॥
সাধু সঙ্গ হইতে হয় শ্রবণ কীর্ত্তন।
সাধন ভক্ত্যে হয় সর্ব্বানর্থ নিবর্ত্তন॥
অনর্থ নিবৃত্তি হৈতে ভক্ত্যে নিষ্ঠা হয়।
নিষ্ঠা হৈতে শ্রবণাদ্যে রুচি উপজয়॥

রুচি হৈতে ভক্ত্যে * হয় আসক্তি প্রচুর।
আসক্তি হৈতে চিত্তে জন্মে কৃষ্ণে প্রীত্যঙ্কুর॥
সেই ভাব গাঢ় হৈলে ধরে প্রেম নাম।
সেই প্রেম প্রয়োজন সর্ব্বানন্দ ধাম॥

আদৌ শ্রদ্ধা ততঃ সাধুসঙ্গোঽথ ভজনক্রিয়া।
ততোঽনর্থনিবৃত্তিঃ স্যাত্ ততো নিষ্ঠা রুচিস্ততঃ॥
অথাসক্তি স্ততো ভাবস্ততঃ প্রেমাভ্যুদঞ্চতি।
সাধকানাময়ং প্রেম্নঃ প্রাদুর্ভাবে ভবেত্ ক্রমঃ॥

ভক্তিরসামৃতসিন্ধুঃ।

"ধন পাইলে যৈছে সুখভোগ-ফল পায়।
সুখভোগ হৈতে দুঃখ আপনি পলায়॥
তৈছে ভক্তি-ফল কৃষ্ণে 'প্রেম' উপজায়।
প্রেমে কৃষ্ণাস্বাদ হইলে ভবনাশ পায়॥"
সাধুসঙ্গে কৃষ্ণভক্তে শ্রদ্ধা যদি হয়।
ভক্তি-ফল প্রেম হয়,—সংসার যায় ক্ষয়॥

ভক্তি ও প্রেম বুঝাইতে কোন ভাষা নাই। ভক্তি,প্রেম উপলব্ধির জিনিষ। যিনি যত ঐ পন্থায় আগুয়ান হইবেন তাঁহার উপলব্ধিও উচ্চ হইতে উচ্চতর এবং উচ্চতম।

* ভক্ত্যে—ভক্তি হইতে।

আচম্য প্রযতো নিত্যমুভে সন্ধ্যে সমাহিতঃ।
শুচৌ দেশে জপং জপ্যমুপাসীত যথাবিধি ॥

মনু-২অঃ-২২২

বিদ্যার্থী উভয়কালীন সন্ধ্যার সময় আচমনাদির পর সংযত হইয়া বিধানানুসারে শুচিপ্রদেশে জপ করত উপাসনা করিবে।

উত্থায়াবশ্যকং কৃত্বা কৃতশৌচঃ সমাহিতঃ।
পূর্ব্বাং সন্ধ্যাং জপং স্তিষ্ঠেৎ স্বকালে চাপরাং চিরম্ ॥ মনু, ৪অঃ, ৯৩॥

যিনি দীর্ঘায়ুঃ কামনা করেন, তিনি শয্যা হইতে উত্থিত হইয়া বেগ থাকিলে মলমূত্র পরিত্যাগ করতঃ শুচি হইয়া স্ূর্য্যোদয়ের পরও কিয়ৎকাল পর্য্যন্ত অনন্যমনে প্রাতঃসন্ধ্যার আরাধনা করিবেন এবং সায়ংসন্ধ্যাও যোগ্য সময়ে আরম্ভ করিয়া নক্ষত্রোদয়ের পর অবধি সমাপন করিবেন।

সৎসঙ্গ।

"ক্ষণমিহ সজ্জন সঙ্গতিরেকা
ভবতি ভবার্ণবতরণে নৌকা॥"

For indeed,' tis a sweet and peculiar pleasure,
(and blissful is he who such happiness finds),
To possess but a span of the hour of leisure,
In elegant, pure and aerial minds."—Keats.

ভগবদ্ভক্ত-সঙ্গ ও ভক্ত-চরিত-সুধা-পান, জীবনে সুখ শান্তি লাভের প্রধান উপায়! কালপ্রভাবে ভগবদ্ভক্তের সঙ্গ পাওয়া এখন একরূপ দুর্লভ হইয়াছে; কিন্তু ভক্ত-জীবনীর একান্ত অভাব হয় নাই। আকুমার ব্রহ্মচর্য্য, প্রেম, ভক্তি ও বৈরাগ্যের জীবন্ত আদর্শ, শ্রীমৎ দাস রঘুনাথ গোস্বামীর জীবন চরিত এখানে দেওয়া হইল। প্রিয়তম বিদ্যার্থিগণ, ইহা পাঠ করিলে তাপিত প্রাণ শীতল হইবে, বিষয়-বিষের জ্বালা দূর হইবে, জীবন, যৌবন রক্ষা পাইবে।

শ্রীমৎ

দাস রঘুনাথ গোস্বামী।

বর্ত্তমান ত্রিশবিঘা ষ্টেসনের নিকটে সরস্বতী নদীতীরে প্রাচীন কালে সপ্তগ্রাম নামে এক মহাসমৃদ্ধিশালী নগর ছিল। কালক্রমে এই নদীর বেগ কমিয়া যাওয়ায়, ১৬৩২ খৃষ্টাব্দে, তাৎকালিক মুসলমান শাসনকর্ত্তা কাশিম খাঁ সপ্তগ্রাম হইতে সমুদায় রাজকীয় কার্য্যালয় হুগলীতে স্থানান্তরিত করিয়াছিলেন। ক্রমশঃ এই মহানগরী জনশূন্য প্রান্তর ও অরণ্যে পরিণত হইল। প্রাচীন অট্টালিকাগুলির ভগ্নাবশেষ আজিও অতীত সমৃদ্ধির সাক্ষিস্বরূপ দণ্ডায়মান রহিয়াছে।

চারিশত বর্ষ পূর্ব্বে যখন এই বহুজনাকীর্ণ মহানগরীর পথে পথে শ্রীশ্রীচৈতন্যদেব, অবধূত শ্রীনিত্যানন্দসহ ভুবন-মঙ্গল শ্রীহরিনাম কীর্ত্তনে কলি-কলুষিত জীবগণের সন্তাপ হরণ করিতেছিলেন, যখন সহস্র সহস্র জীব নামরসে ডুবিয়া কৃতার্থ হইতেছিল, সেই সময়ে কায়স্থকুলতিলক, প্রসিদ্ধ ধনী হিরণ্য দাস ও গোবর্দ্ধন দাস, ভ্রাতৃদ্বয় এই নগরে বাস করিতেন। তাঁহারা গৌড়াধিপতি সৈয়দ হুসেন সাহার নিয়োজিত কর-সংগ্রাহক ছিলেন।

সপ্তগ্রাম অঞ্চল হইতে বাৎসরিক বিশ লক্ষ টাকা আদায় করিয়া, বার লক্ষ টাকা নবাবকে করস্বরূপ দিতে হইত; অবশিষ্ট আট লক্ষ টাকা ইঁহাদের বার্ষিক আয় ছিল। সদাচার সম্পন্ন, মহাপণ্ডিত, দানশীল ও ধার্ম্মিক বলিয়া ইঁহাদের বিশেষ খ্যাতি ছিল। দেবসেবা, অতিথিসৎকার ইত্যাদি গৃহস্থের নিত্য কৃত্য গুলি ইঁহারা অতি নিষ্ঠার সহিত প্রতিপালন করিতেন। কনিষ্ঠ গোবর্দ্ধন দাস মহাশয়ের একটীমাত্র পুত্র ছিল, নাম রঘুনাথ; জ্যেষ্ঠ হিরণ্যদাস অপুত্রক ছিলেন। সম্ভবতঃ ১৪১৯ শকে দাস রঘুনাথ জন্মগ্রহণ করেন। পিতা, পিতৃব্যের স্নেহে, যত্নে রঘুনাথ লালিত পালিত হইয়া দিন দিন বর্দ্ধিত হইতে লাগিলেন। ধীরে ধীরে বয়ঃসন্ধি যৌবন আসিয়া উপস্থিত হইল। এই সময় ধনী, দরিদ্র, সকলের হৃদয়ই কি যেন কি এক দুর্দ্দমনীয় ভোগবাসনার লালসায় উন্মত্ত হইয়া উঠে, ক্ষুদ্র জীবন-তরণী অকূল ভবসাগরের তরঙ্গাভিঘাতে ইতস্ততঃ চালিত হইয়া যেন ডুবু ডুবু হয়। মানব-জীবনের এই নিঃসহায় অবস্থার কথা মনে পড়িলে হৃদয় কাঁদিয়া উঠে। মানব-জনমে শত ধিক্কার দিতে ইচ্ছা হয়; "মানব-জনম দুর্ল্লভ জনম"—এই বাক্য অলীক কবি-কল্পনা বলিয়াই মনে হয়। ভগবানে দৃঢ় লক্ষ, আস্থাবান্, সদাচারী, ধর্ম্মপ্রাণ, কর্ত্তব্যপরায়ণ মাতাপিতা পিতৃব্য, আচার্য্য প্রভৃতির জীবন্ত আদর্শই এই অপার ভব-পারাবারে নবীন নাবিকের একমাত্র দিক্-নির্ণয়-যন্ত্র। দাস রঘুনাথও নব-যৌবনে সদাশয় পিতা পিতৃব্যের আদর্শে লক্ষ্য

রাখিয়া জীবন-তরণী অকূল ভবসাগরে ভাসাইয়া দিলেন। শ্রীনিত্যানন্দ কর্ণধার, তাহাতে আবার পরম ভাগবত শ্রীহরিদাস-সঙ্গরূপ অনুকূল বায়ুসংযোগ—এইরূপ সুযোগে তরণী বিপুল বিভব-তরঙ্গ ভেদ করিয়া যে নির্ব্বিঘ্নে পরপারে গৌরধামে পেঁ ৗছিবে তাহাতে আর সন্দেহ কি ?

এই সময়ে ভক্তচূড়ামণি শ্রীহরিদাস, হিরণ্য ও গোবর্দ্ধন দাসের কুলপুরোহিত বলরাম আচার্য্যের গৃহে অবস্থান করিতে-ছিলেন। বালক রঘুনাথ তথায় পড়িতে আসিতেন এবং শ্রীহরিদাসকে দর্শন করিতেন। সাধুসঙ্গ প্রভাবে, রঘুনাথের কোমল হৃদয়ে, বয়োবৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে বৈরাগ্য ও ভক্তির বীজ অঙ্কুরিত হইয়া দিন দিন বর্দ্ধিত হইতে লাগিল। সাংসারিক ভোগ-বিলাসের প্রতি ঔদাসীন্য দেখিয়া তাঁহার জনক জননী ও আত্মীয় বান্ধবগণ অত্যন্ত চিন্তান্বিত হইলেন। ইহার কিছুদিন পরেই শ্রীচৈতন্যদেব সন্ন্যাস গ্রহণ করিয়া শান্তিপুরে আইসেন। শ্রীঅদ্বৈত গৃহে, রঘুনাথ প্রথম শ্রীগৌরাঙ্গ-পাদপদ্মে আশ্রয় প্রাপ্ত হন। ধনিসন্তান অল্পবয়স্ক রঘুনাথের ধর্ম্মানুরাগ, ব্যাকুলতা ও বিষয়-ভোগে ঔদাসীন্য দেখিয়া শ্রীগৌরসুন্দর তাঁহাকে কৃপা করেন ও মধুর উপদেশে শান্ত করিয়া বিদায় দেন। গৃহে প্রত্যা-গমন করিয়া রঘুনাথ নিশি-দিন নামরসে ডুবিয়া থাকিতেন। নবানুরাগে গৌরদর্শন লালসা দিন দিন তাঁহাকে অধিকতর বিহ্বল করিতে লাগিল ; কিন্তু বহু প্রয়াসেও নীলাচলে শ্রীগৌর-ধামে পেঁ ৗছিতে পারিলেন না; পুনঃ পুনঃ ধৃত হইয়া ফিরিয়া

আসিতে হইল। অবশেষে রঘুনাথ বন্দী হইলেন—পাঁচজন পাইক,চারি জন ভৃত্য ও দুই জন ব্রাহ্মণ প্রহরী নিযুক্ত রহিল। বিষয়বিলাস, পরমসুন্দরী সহধর্ম্মিণী-সঙ্গ ইত্যাদি মায়িক শৃঙ্খলে আবদ্ধ করিবার সহস্র প্রয়াস বিফল হইল। শ্রীগৌরসঙ্গ সুধারসের ক্ষণিক আস্বাদনে রঘুনাথ আত্মহারা হইয়াছিলেন; স্থূল বিষয়ভোগ তৃষ্ণা কি আর সে হৃদয়ে স্থান পায়? ক্রমশঃ প্রেম ভক্তির উচ্ছ্বাস বহির্ম্মুখ লোকের নিকট উন্মাদ রোগের লক্ষণ বলিয়া স্থিরীকৃত হইল—রঘুনাথ এবার রোগী হইলেন।

এইরূপে এক বৎসর কাটিয়া গেল। এমন সময় শ্রীগৌর-সুন্দর পুরুষোত্তম হইতে শান্তিপুর শ্রীঅদ্বৈত-ভবনে পুনঃ আগমন করিলেন। এই সংবাদে রঘুনাথ আর স্থির থাকিতে পারিলেন না—গৌরদর্শন-লালসা পিতৃদেবকে জানাইলেন। পুত্রের একান্ত আগ্রহ দেখিয়া তিনি সম্মত হইলেন এবং বহু-লোকজন ও দ্রব্য সামগ্রী দিয়া রঘুনাথকে শান্তিপুর পাঠাই-লেন, বলিয়া দিলেন, "বাবা, সত্বর ফিরিয়া আসিও"। রঘুনাথ সাতদিন আনন্দে প্রভুসেবায় অতিবাহিত করিলেন; এবং সর্ব্বদাই ভাবিতে লাগিলেন কিরূপে বন্ধনমুক্ত হইয়া নীলাচলে প্রভুপাদপদ্মসেবায় নিশিদিন যাপন করিবেন। শ্রীশচীনন্দন তাঁহার মনের ভাব বুঝিয়া এই উপদেশটী দিয়া তাঁহাকে বাড়ীতে পাঠাইয়া দিলেন—

"স্থির হঞা ঘরে যাও না হও বাতুল,
ক্রমে ক্রমে পায় লোক ভবসিন্ধু-কূল।

মর্কট-বৈরাগ্য না কর লোক দেখাইয়া,
যথাযোগ্য বিষয় ভুঞ্জ অনাসক্ত হইয়া।"

আরও বলিলেন, "শ্রীভগবানের কৃপায় তুমি শীঘ্রই সংসার-বন্ধন হইতে মুক্ত হইবে। আমি শ্রীবৃন্দাবন ধাম হইতে নীলাচলে প্রত্যাগমন করিলে, আমার নিকট আসিও। কি ভাবে, কি উপায়ে আসিবে তাহা ভগবৎ-কৃপায় যথাসময়ে তোমার হৃদয়ে প্রকাশ পাইবে। ভগবানের কৃপায়ই জীবের ভব-বন্ধন মোচন হয়।" রঘুনাথ গৃহে ফিরিয়া আসিয়া, অনাসক্ত চিত্তে বিষয় কার্য্যে মনোনিবেশ করিলেন। পিতামাতা এই সুযোগ পাইয়া সমুদায় সম্পত্তি তত্ত্বাবধানের ভার তাঁহার হস্তে অর্পণ করিলেন; তাঁহাদের স্থিরবিশ্বাস হইল, রঘুনাথের বৈরাগ্য এবং ধর্ম্মানুরাগ কমিয়াছে। এইরূপে রঘুনাথ বন্দিগণের হাত হইতে মুক্ত হইলেন বটে; কিন্তু সর্ব্বদা বিষয় কোলাহলে তাঁহার ভজনের ব্যাঘাত জন্মিতে লাগিল। পতিপ্রাণা সাধ্বী রূপবতী সহধর্ম্মিণী, অতুল বিষয়সম্পৎ, পিতা, পিতৃব্য, মাতা সবই বর্ত্তমান,—রঘুনাথের কিসের অভাব? তবু যেন রঘুনাথের প্রাণ কি চায়। এই ঘোর সংসার কোলাহলে কি যেন তিনি হারাইয়াছেন, তাই আজ আত্মহারা হইয়া ইতস্ততঃ খুঁজিয়া বেড়াইতেছেন। হায়, সেই সিন্ধুর বিন্দুমাত্র যে একবার পাইয়াছে, তাহার চিত্ত কি আর বিষয়ে চির আসক্ত থাকিতে পারে? রঘুনাথ প্রতিমুহূর্ত্তেই গৃহত্যাগের সুযোগ অন্বেষণ করিতে লাগিলেন। কিন্তু প্রাণগৌর ভিন্ন, তাঁহার এ ব্যাকু-

লতা আর কেহ বুঝিতে পারিল না এবং গৃহত্যাগের স্থির-সঙ্কল্পও এবার তিনি কাহাকেও জানাইলেন না।

অল্পদিন পরেই মহাপ্রভু শ্রীবৃন্দাবন হইতে নীলাচলে প্রত্যাগমন করিলেন। রঘুনাথও এই শুভ সংবাদ পাইয়া তথায় যাইবার উদ্যোগ করিতেছেন এমন সময় এক বিঘ্ন উপস্থিত হইল।

হিরণ্যদাস, নবাবের নিকট হইতে সপ্তগাম প্রদেশের মোকরয়া বন্দোবস্ত করিয়া লইয়াছিলেন। বিশ লক্ষ টাকা সংগ্রহ করিয়া, ১২ লক্ষ মাত্র নবাবকে দিতেন। নিজের ক্ষতি হয় দেখিয়া সপ্তগ্রামের মুসলমান জমিদার এ বিষয় নবাবের গোচর করাইলেন। উজীর তত্ত্বানুসন্ধান করিতে আসিতেছেন শুনিয়া, পিতা ও পিতৃব্য পলায়ন করিলেন, রঘুনাথ বন্দী হইলেন। হিরণ্য ও গোবর্দ্ধন দাসকে উপস্থিত করিবার জন্য উজীর ও মুসলমান জমিদার রঘুনাথকে নানাপ্রকার ভর্ৎসনা করিতে ও ভয় দেখাইতে লাগিল; কিন্তু প্রতাপশালী হিরণ্যদাসের ভয়ে কোনরূপ অত্যাচার করিতে সাহস পাইল না। রঘুনাথ ধীরভাবে সমস্তই সহ্য করিলেন, অবশেষে কিছু অংশ দিতে স্বীকৃত হইলে, সমস্ত গোলযোগ মিটিয়া গেল। ইহার পর এক বৎসর রঘুনাথ গৃহে ছিলেন। তৎপরে গৃহত্যাগ করিতে কৃতসঙ্কল্প হইলেন; কিন্তু যতবারই তিনি গোপনে প্রস্থান করেন, ততবারই পিতা তাঁহাকে ফিরাইয়া আনেন। অবশেষে রঘুনাথের জননী স্বামীকে বলিলেন, "পুত্র পাগল হইয়াছে, উহাকে বান্ধিয়া রাখ।" গোবর্দ্ধন বলিলেন, "ইন্দ্রের

স্থায় ঐশ্বর্য্য, অপ্সরা তুল্য রূপবতী পতিপরায়ণা সহধর্ম্মিণী যাহার হৃদয় বান্ধিতে পারিল না, সামান্য রজ্জুর বন্ধনে কি তাহাকে গৃহে রাখিতে পারিবে? যার যাহা প্রারব্ধ, জন্মদাতা পিতার সাধ্য নাই যে তাহা খণ্ডন করেন। ইহার প্রতি শ্রীচৈতন্যচন্দ্রের কৃপা হইয়াছে। শ্রীচৈতন্য প্রভুর পাগলকে

কে বান্ধিয়া রাখিতে পারিবে?

এ দিকে গৌরপ্রেমে মাতোয়ারা শ্রীনিত্যানন্দ, মহাপ্রভুর আদেশ পাইয়া বঙ্গদেশে পতিতপাবন, ভুবনমঙ্গল শ্রীহরিনাম বিলাইতে বিলাইতে এক দিন পানিহাটি গ্রামে বহু বৈষ্ণবগণ-সহ একটী বটবৃক্ষ মূলে*উপবিষ্ট আছেন, এমন সময় কোন সুযোগে রঘুনাথ আসিয়া শ্রীনিত্যানন্দ-পাদমূলে পতিত হইলেন। শ্রীনিত্যানন্দ কৌতুক করিয়া বলিলেন,—

"নিকটে না আইস চোরা ভাগ দূরে দূরে,
আজি লাগি পাইয়াছি দণ্ডিব তোমারে।
দধি চিড়া ভক্ষণ করাও মোর গণে॥"

আদেশ পাইবামাত্র রঘুনাথ স্বীয় ভৃত্যবর্গকে চিড়া-মহোৎসবের আয়োজন করিতে বলিলেন। মুহূর্ত্ত মধ্যে ভৃত্যগণ, শত শত ভার চিড়া, দুগ্ধ, দধি, সন্দেশ আনিয়া উপস্থিত করিল। সেই দিন ঐ গ্রামে রাঘব পণ্ডিতের বাড়ীতে সপারিষদ শ্রীনিত্যানন্দের ভিক্ষার আয়োজন হইয়াছিল। চিড়া মহোৎসবের

* এই বটবৃক্ষটী পানিহাটির ঘাটে অদ্যাপিও বর্ত্তমান আছে।

কথা শুনিয়া তিনি দৌড়িয়া আসিলেন। শ্রীনিত্যানন্দ বলিলেন, রাত্রিতে তোমার গৃহে ভোজন করিব। অনন্তর মহাসমারোহে পুলিন ভোজন সমাপন করিয়া দিবাবসানে সকলে পণ্ডিতের গৃহে গমন করিয়া কীর্ত্তন করিতে লাগিলেন; রঘুনাথ আনন্দে বিভোর। বিশ্রামান্তে সপারিষদ শ্রীনিত্যানন্দ বিবিধ ব্যঞ্জন সংযুক্ত শাল্যন্ন ও পায়স, পিষ্টকাদি আকণ্ঠ ভোজন করিলেন। ঘন ঘন হরি ধ্বনিতে ত্রিলোক ভরিল। রঘুনাথ শ্রীনিত্যানন্দের প্রসাদ গ্রহণ করিয়া পণ্ডিত-গৃহে নিশা যাপন করিলেন। পরদিন শ্রীনিত্যানন্দ গঙ্গাতীরে উর্দ্ধাবগাহন করিয়া বটবৃক্ষমূলে ভক্তগণ সঙ্গে উপবিষ্ট আছেন, এমন সময়ে রঘুনাথ আসিয়া সকলের চরণ বন্দনা করিলেন, এবং রাঘব পণ্ডিতের দ্বারা শ্রীনিত্যানন্দ চরণে এই প্রার্থনা জানাইলেন,—

"অধম পামর মুই হীন জীবাধম।
মোর ইচ্ছা হয় পাঙ চৈতন্য চরণ॥
বামন হইয়া চন্দ্র ধরিবারে চায়।
অনেক যত্ন কৈনু তাতে কভু সিদ্ধ নয়॥
যতবার পলাই আমি গৃহাদি ছাড়িয়া।
পিতামাতা দুইজনে রাখেন বান্ধিয়া॥
তোমার কৃপা বিনা কেহ চৈতন্য না পায়।
তুমি কৃপা কৈলে তাঁরে অধমেও পায়॥
অযোগ্য মুই নিবেদন করিতে করি ভয়।
মোরে চৈতন্য দাও গোঁসাই হঞা সদয়।

মোর মাথে পদ ধরি করহ প্রসাদ।
নির্ব্বিঘ্নে চৈতন্য পাঙ কর আশীর্ব্বাদ॥”

রঘুনাথের কাতরোক্তিতে দয়াধার শ্রীনিত্যানন্দের হৃদয় গলিয়া গেল, তিনি ভক্তগণকে বলিতে লাগিলেন, “অতুল বিষয়-বিভব ইঁহার ভাল লাগে না; ইনি গৌর-কৃপা-ভিখারী, তোমরা আশীর্ব্বাদ কর ইঁহার মনোবাঞ্ছা যেন পূর্ণ হয়।” এই বলিয়া শ্রীনিত্যানন্দ রঘুনাথকে নিকটে ডাকিয়া তাঁহার মস্তকে চরণ দিয়া বলিলেন, “কল্য তুমি ভক্তগণের যেরূপ সেবা করিয়াছ তাহাতে গৌরচন্দ্র স্বয়ং উপস্থিত হইয়া তোমার সেবা গ্রহণ করিয়াছেন সন্দেহ নাই। তুমি নিশ্চিন্ত মনে গৃহে যাও। গৌরের কৃপায় তোমার সমুদায় বন্ধন উন্মুক্ত হইয়াছে। তুমি সত্বরেই অভীষ্ট ফল লাভ করিবে।” উপস্থিত ভক্তগণও রঘুনাথকে আশীর্ব্বাদ করিলেন, রঘুনাথ সপারিষদ শ্রীনিত্যানন্দ ও রাঘব পণ্ডিতকে যথাযোগ্য প্রণামি দিয়া গৃহে ফিরিলেন; কিন্তু এবার আর অন্তঃপুরে গেলেন না, বহির্বাটীতে দুর্গামণ্ডপে প্রহরিবেষ্টিত হইয়া শয়ন করিতে লাগিলেন।

এই সময় রথযাত্রা উপলক্ষে বঙ্গদেশীয় বৈষ্ণবগণ জগন্নাথ-ক্ষেত্রে যাত্রা করিলেন। রঘুনাথ সংবাদটী পাইয়া মনে মনে ভাবিতে লাগিলেন “আমিও কেন এই সঙ্গে চলিয়া যাই না?” কিন্তু ইঁহারা প্রকাশ্য রাজপথ দিয়া যাইবেন, ইঁহাদের সঙ্গে গেলে নিশ্চয় ধরা পড়িতে হইবে, এই বিবেচনা করিয়া সে সঙ্কল্প ত্যাগ করিলেন।

ভক্তবাঞ্ছাকল্পতরু ভগবান্ জীবের দুঃখ চিরদিন রাখেন না। ইতোমধ্যে দৈবাৎ এক সুযোগে রঘুনাথ গৃহত্যাগ করিলেন। গ্রামের প্রকাশ্য পথ পরিত্যাগ করিয়া পূর্ব্ব মুখে জঙ্গলের মধ্য দিয়া তিনি ব্যাকুল প্রাণে চিরবাঞ্ছিত গৌরপদঃ প্রাপ্তি আশায় ছুটিলেন—জল, কণ্টক, কঙ্কর কিছুরই প্রতি ভ্রূক্ষেপ নাই। প্রথম দিনেই ১৫ ক্রোশ পথ হাটিয়া সায়ংকালে এক গোপের গোষ্ঠে উপস্থিত হইলেন এবং দুগ্ধ পান করিয়া তথায় বিশ্রাম করিলেন।

এদিকে রজনী প্রভাত হইলে মহাকোলাহল পড়িয়া গেল, সকলেই জানিল রঘুনাথ গৃহত্যাগ করিয়াছেন। জনক-জননীর করুণ রোদন ধ্বনিতে পাষাণ গলিয়া গেল। রঘুনাথ, নীলাচলযাত্রী বৈষ্ণবগণের সঙ্গে গিয়াছেন মনে করিয়া,গোবর্দ্ধন দাস, শিবানন্দ সেনের নিকট পুত্রকে গৃহে পাঠাইয়া দিবার জন্য এক অনুরোধ পত্র ও দশজন ভৃত্য পাঠাইয়া দিলেন। ভৃত্যগণ আমতার নিকটবর্ত্তী ঝাঁকড়া গ্রামে শিবানন্দের সাক্ষাৎ পাইল—রঘুনাথ তাঁহাদের সঙ্গে যান নাই; এই সংবাদ পাইয়া পিতা মাতা হাহাকার করিতে লাগিলেন।

এদিকে রঘুনাথ গোষ্ঠে রাত্রি যাপন করিয়া, প্রভাতে পূর্ব্বমুখ পরিত্যাগ করিয়া দক্ষিণ মুখে চলিতে লাগিলেন। ভাগীরথীতীরস্থ "ছত্রভোগ" পর্য্যন্ত আসিয়া রঘুনাথ প্রকাশ্য পথ পরিত্যাগ পূর্ব্বক আবার জঙ্গলে প্রবেশ করিলেন। দিবারাত্র

অবিরাম গতিতে চলিয়া দ্বাদশ দিবসে রঘুনাথ পুরুষোত্তমে পৌঁছিলেন; পথে তিন দিন নামমাত্র আহার করিয়াছিলেন।

শ্রীগৌরসুন্দর ভক্তবৃন্দসহ অঙ্গনে উপবিষ্ট আছেন, এমন সময় রঘুনাথ আসিয়া প্রভু-পাদ-পদ্মে নিপতিত হইলেন ও ভক্তবৃন্দকে বন্দনা করিলেন। মহাপ্রভু বলিলেন, "কৃষ্ণ তোমাকে কৃপা করিয়া বিষয়-কূপ হইতে উদ্ধার করিলেন।" রঘুনাথ বলিলেন,—

"আমি কৃষ্ণ নাহি জানি।
তব কৃপা কাড়িল আমায় এই আমি মানি॥"

শ্রীগৌরচন্দ্র বলিতে লাগিলেন."বিষয় স্বভাবতই মানুষকে আত্মজ্ঞান সম্বন্ধে অন্ধ করে, বিষয় ভোগে ভববন্ধন আরও দৃঢ় হয়। রঘুনাথ, এ হেন বিষয়-বন্ধন হইতে তুমি উদ্ধার লাভ করিয়াছ; কৃষ্ণ কৃপাময়।"

পথশ্রান্ত, ক্ষীণ ও মলিনবেশ রঘুনাথকে মহাপ্রভু, স্বরূপ দামোদরের হস্তে অর্পণ করিয়া বলিলেন, আজ হইতে ইনি স্বরূপের রঘুনাথ বলিয়া পরিচিত হইবেন। এই বলিয়া শ্রীহস্তে রঘুনাথের কর ধারণ করিয়া স্বরূপের হস্তে তাঁহাকে অর্পণ করিলেন। স্বরূপ, মহাপ্রভুর আজ্ঞা শিরোধার্য্য করিয়া রঘু-নাথকে আলিঙ্গন করিলেন। শ্রীশচীনন্দন, ভক্তসেবক গোবিন্দকে বলিলেন, "রঘুনাথ পথে উপবাস করিয়া অনেক কষ্ট পাইয়াছে,তুমি দিন কয়েক বেশ যত্ন করিয়া ইঁহার শুশ্রূষা কর।" রঘুনাথকে বলিলেন, তুমি সিন্ধুস্নান করিয়া শ্রীজগন্নাথ

দর্শনান্তে প্রসাদ গ্রহণ ও বিশ্রাম লাভ কর। শ্রীগৌর-সুন্দরের স্নেহ, বাৎসল্য দেখিয়া ভক্তগণ ঘন ঘন হরিধ্বনিতে রঘুনাথের সৌভাগ্য জ্ঞাপন করিতে লাগিলেন।

রঘুনাথ স্নান, দর্শনান্তে মহাপ্রভুর প্রসাদ পাইলেন। রঘুনাথ পাঁচ দিন এইরূপ প্রসাদ পাইয়া মনে করিলেন, ইহা বৈরাগ্য সাধনের অনুকূল নহে। এই জন্য ষষ্ঠ দিনে রঘুনাথ আর প্রসাদ গ্রহণ করিতে আসিলেন না; সমস্ত দিন সাধন ভজনে যাপন করিয়া রাত্রি দশ দণ্ডের সময় পুষ্পাঞ্জলি দেখিয়া জগন্নাথদেবের সিংহদ্বারে প্রসাদের জন্য দণ্ডায়মান রহিলেন। তৎকালে নিষ্কিঞ্চন ভজনশীল ভক্তগণ এইরূপ অযাচক-বৃত্তি অবলম্বন করিতেন। জগন্নাথের সেবকগণ গৃহে যাইবার সময় ইঁহাদিগকে প্রসাদ বিক্রেতৃগণের নিকট হইতে কিছু কিছু প্রসাদ কিনিয়া দিতেন। রঘুনাথ এই ভাবে দিন কাটাইতে লাগিলেন। গোবিন্দ এই বার্ত্তা মহাপ্রভুকে জানাইলেন;—

"শুনি তুষ্ট হঞা প্রভু কহিতে লাগিলা।
ভাল কৈল বৈরাগ্যের ধর্ম্ম আচরিলা॥
বৈরাগীর ধর্ম্ম সদা নাম সঙ্কীর্ত্তন।
মাগিয়া খাইয়া করে জীবন রক্ষণ॥
বৈরাগী হইয়া যেবা করে পরাপেক্ষা।
কার্য্য সিদ্ধি নহে কৃষ্ণ করেন উপেক্ষা॥
বৈরাগী হইয়া করে জিহ্বার লালস।
পরমার্থ যায় আর হয় রসের বশ॥

বৈরাগীর কৃত্য সদা নাম সঙ্কীর্ত্তন।
শাক, পত্র, ফল মূলে উদর ভরণ॥
জিহ্বার লালসে যেই ইতি উতি ধায়।
শিশ্নোদর পরায়ণ কৃষ্ণ নাহি পায়॥"

বৈরাগ্য এবং বিনয় ধার্ম্মিকের ভূষণ। যুবা রঘুনাথ কঠোর বৈরাগ্য এবং বিনয়-নম্রতা গুণে সকলেরই প্রিয় হইয়া উঠিলেন। মুখ তুলিয়া কোন বিষয় মহাপ্রভুর নিকট নিবেদন করাও তিনি অপরাধ বলিয়া মনে করিতেন। অতি প্রয়োজনীয় জ্ঞাতব্য বিষয় অন্য কাহারও দ্বারা জিজ্ঞাসা করাইয়া লইতেন। একদিন রঘুনাথ স্বীয় আচার্য্য স্বরূপের দ্বারা প্রভু-পদে জ্ঞাপন করিলেন, "আমি গৃহসংসার ত্যাগ করিয়া আসিলাম, আমার জীবনের উদ্দেশ্য কি, আমার কি কর্ত্তব্য কিছুই জানি না; শ্রীমুখের আদেশ ও উপদেশ পাইলে কৃতার্থ হই।" শ্রীগৌরসুন্দর বলিলেন, "তুমি স্বরূপের নিকট সাধ্য-সাধন-তত্ত্ব শিক্ষা কর, ইনিই তোমার উপদেষ্টা, আমি যাহা না জানি তাহাও ইনি জানেন। তথাপি আমার বাক্যে যদি তোমার শ্রদ্ধা হয়, তবে এইমাত্র বলিতেছি, 'অসার গ্রাম্য কথাবার্ত্তা বলিবে না ও শুনিবে না, সর্ব্বদা হরিনাম লইবে ও মানসে রাধাকৃষ্ণের উপাসনা করিবে।' ইহাই আমার সংক্ষিপ্ত উপদেশ; স্বরূপের মুখে সবিশেষ অবগত হইও।" এই বলিয়া স্বরচিত শিক্ষাষ্টক হইতে এই শ্লোকোচ্চারণ করিলেন,—

"তৃণাদপি সুনীচেন তরোরিব সহিষ্ণুনা।
অমানিনা মানদেন কীর্ত্তনীয়ঃ সদা হরিঃ॥"

—উত্তম হঞা আপনাকে মানে তৃণাধম।
দুই প্রকারে সহিষ্ণুতা করে বৃক্ষ সম॥
বৃক্ষ যেন কাটিলেহ কিছু না বলয়।
শুকাইয়া মৈলে কারে পানী না মাগয়॥
যেই যে মাগয়ে তারে দেই আপন ধন।
ঘর্ম্ম বৃষ্টি সহি আনে করয়ে রক্ষণ॥
উত্তম হঞা বৈষ্ণব হবে নিরভিমান।
জীবে সম্মান দিবে জানি কৃষ্ণ অধিষ্ঠান॥
এই মত হঞা যেই কৃষ্ণ নাম লয়।
শ্রীকৃষ্ণ চরণে তার প্রেম উপজয়॥

শ্রীচৈতন্য-চরিতামৃত, অন্ত্যখণ্ড।

রঘুনাথ এইরূপ উপদেশ পাইয়া স্বরূপসহ প্রভুর অন্তরঙ্গ সেবায় নিযুক্ত হইলেন। এদিকে রথযাত্রা উপলক্ষে শিবানন্দ প্রমুখ বঙ্গদেশীয় বৈষ্ণবগণ নীলাচলক্ষেত্রে সমাগত হইলে, রঘুনাথ ভক্তগণের সহিত একে একে পরিচিত হইলেন। রথযাত্রায় ভক্তবৃন্দসহ শ্রীচৈতন্য প্রভুর নৃত্য কীর্ত্তনাদি দর্শন ও শ্রবণ করিয়া রঘুনাথের চিত্ত চমৎকৃত ও প্রেমরসে গলিয়া গেল। রঘুনাথকে গৃহে পাঠাইয়া দিবার জন্য তাঁহার পিতা, শিবানন্দ সেনকে অনুরোধ পত্র লিখিয়া যে দশজন ভৃত্য প্রেরণ করিয়াছিলেন, শিবানন্দ সে সব বিষয় রঘুনাথের নিকট বলিলেন।

চারিমাস পরে বঙ্গদেশের ভক্তগণ নীলাচল হইতে দেশে ফিরিলে গোবর্দ্ধন দাস শিবানন্দ সেনের নিকট লোক পাঠাইয়া পুত্রের বিষয় জিজ্ঞাসা করিয়া পাঠাইলেন। তদুত্তরে,—

"সেন বলে পরিচয় কি জিজ্ঞাস তাঁর।
প্রাণাধিক প্রিয় রঘুনাথ মো সবার।
বড় বিষয়ীর পুত্র ইহার কারণে।
আমরা প্রণয় নাহি করি তার সনে॥
রাজ্য ধন, পিতামাতা, দারা আদি ছাড়ি।
বিরক্ত হইয়া গেলা নীলাচল পুরী॥
তাঁহার বৈরাগ্য রীতি সৌশীল্য ভজন।
দেখি তাঁরে প্রীতি করে সর্ব্বভক্তগণ॥

চৈতন্য-চন্দ্রোদয়॥

অনন্তর ভৃত্যগণ শিবানন্দের নিকট রঘুনাথের তীব্র বৈরাগ্য, অনাহার ও ভিক্ষার বৃত্তান্ত যেরূপ শুনিয়াছিলেন, গোবর্দ্ধনের নিকট যাইয়া সব জ্ঞাপন করিলেন। প্রাণাধিক পুত্রের ঈদৃশ দুঃখের অবস্থা শুনিয়া পিতামাতা হৃদয়ে বড় আঘাত পাইলেন। তাঁহারা রঘুনাথের ক্লেশ নিবারণের জন্য চারিশত মুদ্রা, নানা দ্রব্যসামগ্রী, দুই জন ভৃত্য ও একজন পরিচারক ব্রাহ্মণকে নীলাচলে পাঠাইবার অভিপ্রায়ে শিবানন্দ সেনের নিকট প্রেরণ করিলেন। শিবানন্দ ভৃত্যগণকে বলিলেন, তোমরা আমাদের সঙ্গ ব্যতীত সেই দুর্গম পথে যাইতে পারিবে না। আগামী বর্ষে আমাদের সঙ্গে যাইও, এখন ফিরিয়া যাও। পর বৎসর

রথযাত্রার পূর্ব্বে ভক্তগণের সঙ্গে তাহারা চারিশত মুদ্রা সহ নীলাচলে রঘুনাথের নিকট উপস্থিত হইল। রঘুনাথ পিতৃদেবের সন্তোষার্থে এই অর্থ হইতে যৎকিঞ্চিৎ লইয়া মহাপ্রভুকে মাসে দুই দিন ভিক্ষা সেবা দিতে লাগিলেন। তাহাতে প্রতি মাসে আটপণ কড়ি ব্যয় হইত। দুই বৎসর এইরূপ নিমন্ত্রণ করিয়া, পরে উহা পরিত্যাগ করিলেন। দুই মাস কাল নিমন্ত্রণ না হওয়ায় একদিন শ্রীশচীনন্দন স্বরূপকে জিজ্ঞাসা করিলেন, "রঘুনাথ আর আমাকে নিমন্ত্রণ করে না কেন?" স্বরূপ বলিলেন, রঘুনাথের মনের ভাব এই যে, বিষয়ীর অর্থে প্রভুকে নিমন্ত্রণ করি, ইহাতে তাঁহার চিত্ত প্রসন্ন হয় না, কেবল আমার অনুরোধে নিমন্ত্রণ গ্রহণ করেন, আমারও ইহাতে প্রতিষ্ঠামাত্র লাভ।" এই বিবেচনা করিয়া রঘুনাথ আর নিমন্ত্রণ করেন না। "শুনি মহাপ্রভু হাসি বলিতে লাগিলা":—

"বিষয়ীর অন্ন খাইলে মলিন হয় মন।
মলিন মন হইলে নহে কৃষ্ণের স্মরণ॥
বিষয়ীর অন্ন হয় রাজস নিমন্ত্রণ।
দাতা ভোক্তা দোঁহার মলিন হয় মন॥
ইঁহার সঙ্কোচে আমি এত দিন নিল।
ভাল হইল জানিয়া সে আপনি ছাড়িল॥"

কিছু দিন পরে রঘুনাথ সিংহদ্বারে আর ভিক্ষা করিতেন না। তাঁহাকে ধনী লোকের পুত্র জানিয়া অনেকে ভিক্ষা দিত। বিশেষতঃ অযাচক হইয়া দণ্ডায়মান থাকা দুঃখ

বৈরাগ্যের চিহ্ন বিবেচনা করিয়া রঘুনাথ আর সেখানে যাইতেন না। এখন হইতে সত্রশালায় গমন করিয়া ভিক্ষা করিতে লাগিলেন, ইহা শ্রবণ করিয়া মহাপ্রভু বলিয়াছিলেন,—

"—ভাল কৈল ছাড়িল সিংহদ্বার।
সিংহদ্বারে ভিক্ষাবৃত্তি বেশ্যার আচার॥"

রঘুনাথের তীব্র বৈরাগ্য এবং ভগবানে একান্ত নির্ভরশীলতা দেখিয়া মহাপ্রভুর কৃপা হইল। রঘুনাথ প্রভুর অতি প্রিয় গোবর্দ্ধনশিলা ও গুঞ্জামালা পাইলেন এবং মহাপ্রভুর উপদেশমত, সাত্বিক আচারে, তুলসী মঞ্জরী ও জল দ্বারা অর্চনা করিতে লাগিলেন।

"প্রভুর স্বহস্ত দত্ত গোবর্দ্ধন শিলা।
এই চিন্তি রঘুনাথ প্রেমে ভাসি গেলা॥"

ইহার পরে রঘুনাথ ভিক্ষাবৃত্তি একেবারে পরিত্যাগ করিলেন। শ্রীজগন্নাথ দেবের প্রসাদ বিক্রেতৃগণ দুই তিন দিনের অবিক্রীত, পর্য্যুষিত অন্ন তৈলঙ্গী গাভীগণের আহারার্থে নর্দ্দমায় ফেলিয়া দিত, দুর্গন্ধে তাহা গাভীগণও খাইতে পারিত না। রঘুনাথ সমস্ত দিন ভজন করিয়া রাত্রিকালে গোপনে সেই সকল প্রসাদ আনিয়া উত্তমরূপে ধুইয়া ভিতরের শক্ত শাঁস বাহির করিতেন, এবং ঈষৎ লবণ সংযুক্ত করিয়া অতি আনন্দে মহাপ্রসাদ গ্রহণ করিতেন। একদিন স্বরূপ দেখিতে পাইয়া কিঞ্চিৎ মহাপ্রসাদ চাহিয়া গ্রহণ করিয়াছিলেন। ভক্তবৎসল শ্রীগৌরচন্দ্র এই বৃত্তান্ত জানিতে পারিয়া এক দিন

বলিলেন, "তোমরা লুকাইয়া কি খাও, আমাকে দেও না কেন?" এই বলিয়া হঠাৎ রঘুনাথের ঝোলা হইতে একমুঠ ঐ মহাপ্রসাদ লইয়া গ্রহণ করিলেন। দ্বিতীয় বার গ্রহণ করিতেই, "প্রভু, ইহা তোমার যোগ্য নয়" বলিয়া স্বরূপ শ্রীহস্ত ধারণ করিলেন। মহাপ্রভু বলিলেন, "আমি নিত্য নানাপ্রকার মহাপ্রসাদ গ্রহণ করি, কিন্তু এমন সুস্বাদু প্রসাদ ত কখনও পাই নাই।"

সাধনভজনবিমুখ লোকের নিকট এইরূপ আচরণ সমাদৃত হইবে না। তবে এইমাত্র বলিতে পারা যায়, বিষয় ভোগ ও ইন্দ্রিয়সুখের প্রতি যে গভীর বিতৃষ্ণা এবং অভিমানশূন্য দীনভাব রঘুনাথকে এই কষ্টসাধ্য তপোঽনুষ্ঠানে প্রবৃত্ত করিয়াছিল, সেইরূপ কঠোর বৈরাগ্য ও দীনতা ব্যতীত প্রকৃত ধর্ম্মজীবন কখনও লাভ করা যায় না। যিনি মুখে যতই ধর্ম্মের উচ্চ উচ্চ কথার অবতারণা করুন না কেন, কর্ম্মক্ষেত্রে জীবনে যদি বৈরাগ্য ও বিনয়ের পরিবর্ত্তে বিলাসিতা, গর্ব্ব ও অভিমান পরিলক্ষিত হয়, তাহা হইলে ধর্ম্মচর্চ্চা বা ধর্ম্মানুষ্ঠান সমস্তই ভস্মে ঘৃতাহুতিমাত্র।

রঘুনাথ এইরূপ সুদুষ্কর তপস্যা দ্বারা সম্পূর্ণরূপে ইন্দ্রিয়নিগ্রহ করিয়া কেবল নাম জপ, নাম সঙ্কীর্ত্তন ও ধর্ম্মালাপে শ্রীশ্রীমহাপ্রভুর সেবায় সুখে দিন অতিবাহিত করিতে লাগিলেন। সমস্ত দিবারাত্রি নামরসে ডুবিয়া থাকিতেন, আহারনিদ্রায় চরিদণ্ড সময়মাত্র অতিবাহিত হইত। রসনায় উত্তম আহার্য্য কখনও স্পর্শ করিতেন না; ছিন্ন মলিন বসন ও

সামান্য কছামাত্র ব্যবহার করিতেন। এই ভাবে রঘুনাথ ষোড়শ বৎসর নীলাচলে ছিলেন। মহাপ্রভুর প্রেমবিরহোন্মত্ত মহাভাবের অবস্থায় স্বরূপের সঙ্গে রঘুনাথ প্রভুর দেহরক্ষা ও সেবাকার্য্য সম্পন্ন করিতেন; এই জন্য রঘুনাথ প্রভুর মনের অনেক নিগূঢ় ভাব জ্ঞাত ছিলেন। স্বরূপের নিকটও অনেক বিষয় শুনিয়াছিলেন। রঘুনাথ এই বিষয় একখানি কড়চা (স্মৃতি পুস্তক) লিখিয়াছিলেন। কবিরাজ গোস্বামী শ্রীকৃষ্ণ-দাস এই কড়চা অবলম্বন করিয়া এবং শ্রীযুক্ত দাস গোস্বামী মহোদয়ের নিকট হইতে শ্রীমন্মহাপ্রভুর অন্ত্যলীলার বিষয় জ্ঞাত হইয়া, শ্রীশ্রীচৈতন্যচরিতামৃত গ্রন্থ রচনা করেন।

শ্রীশ্রীমহাপ্রভুর লীলা অপ্রকটের পরও দাস গোস্বামী নীলাচলে ছিলেন। অবশেষে স্বীয় আচার্য্য শ্রীস্বরূপ অপ্রকট হইলে, একেবারে শ্রীবৃন্দাবন ধামে ছুটিয়া যান; এবং শ্রীরূপ ও সনাতনের মধুর সঙ্গলাভ করিয়া তাপিত প্রাণ শীতল করেন। শ্রীরূপ ও সনাতন দাসগোস্বামীর নিকট শ্রীগৌরের নিগূঢ় লীলা কথা শ্রবণ করিয়া কৃতার্থ হইতে লাগিলেন। শ্রীরঘুনাথ রাধাকুণ্ডতীরে কুটীর নির্ম্মাণ করিয়া, আরও অধিক নিষ্ঠা ও কঠোরতার সহিত দুঃসাধ্য ভজনে প্রবৃত্ত হইলেন,—কেবল অল্প পরিমাণ মাঠা (ঘোল) পান করিয়া জীবন ধারণ করিতেন। প্রতিদিন সায়ংকালে রাধাকুণ্ডে স্নান করিয়া ব্রজবাসিগণকে আলিঙ্গন করিতেন। প্রত্যহ এক লক্ষ হরিনাম জপ, সহস্র বৈষ্ণবকে দণ্ডবৎপ্রণাম করা, এক প্রহরকাল প্রাণ-

নাম গান ও অবশিষ্ট সময় শ্রীশ্রীরাধাকৃষ্ণের ধ্যান ও মানস পূজায় অতিবাহিত করিতেন। এইরূপে সাড়েসাত প্রহরকাল ভজন, সাধন ও সৎপ্রসঙ্গাদিতে যাপন করিতেন, চারিদণ্ড মাত্র নিদ্রা যাইতেন, তাহাও সকল দিন ঘটিত না।

সংস্কৃত ভাষাতে রঘুনাথের অশেষ পাণ্ডিত্যের পরিচয় পাওয়া যায়। শ্রীচৈতন্যস্তবকল্পবৃক্ষ, মনঃশিক্ষা ও গুণলেশ-শেখর এই কয়খানি সংস্কৃত গ্রন্থ তাঁহারই রচিত। সংসার-কূপ হইতে উদ্ধার সম্বন্ধে এক স্থানে লিখিয়াছেন,—

মহাসম্পদ্দারাদপি পতিতমুদ্ধৃত্য কৃপয়া
স্বরূপে যঃ স্বীয়ে কুজনমপি মাং ন্যস্য মুদিতঃ।
উরো গুঞ্জাহারং প্রিয়মপি চ গোবর্দ্ধনশীলাং
দদৌ মে গৌরাঙ্গো হৃদয় উদয়ন্মাং মদয়তি॥

শ্রীচৈতন্যস্তব-কল্পবৃক্ষে।

"আমি কুজন হইলেও যিনি কৃপা প্রকাশ করিয়া মহা-সম্পৎ ও রমণীর প্রলোভন হইতে উদ্ধার করতঃ স্বীয় পারিষদ স্বরূপের হস্তে আমাকে সমর্পণ করিয়াছিলেন, ও প্রীত হইয়া স্বীয় বক্ষের প্রিয় গুঞ্জাহার ও গোবর্দ্ধনশীলা আমাকে প্রদান করিয়াছিলেন; সেই শ্রীগৌরাঙ্গ আমার হৃদয়ে উদিত হইয়া এখনও আমাকে আনন্দে আপ্লাবিত করিতেছেন।"

শ্রীবৈষ্ণব সম্প্রদায়ের পরমপূজনীয় ছয় গোস্বামী মহোদয়গণের মধ্যে শ্রীরঘুনাথ অন্যতম। শ্রীচৈতন্য-চরিতামৃত-রচয়িতা

শ্রীকৃষ্ণদাস কবিরাজ গোস্বামী ইঁহার মন্ত্রশিষ্য ছিলেন; এই জন্যই তিনি ভণিতায় লিখিয়াছেন,—

"শ্রীরূপ রঘুনাথ পদে যার আশ।
চৈতন্য-চরিতামৃত কহে কৃষ্ণদাস॥"

শ্রীকবিরাজ গোস্বামী স্বীয় আচার্য্যের অলোকসামান্য কঠোরতা, বৈরাগ্য এবং ভজননিষ্ঠা দেখিয়া মোহিত হইয়া এক স্থানে লিখিয়াছেন,—

অনন্ত রঘুনাথের গুণ কে করিবে লেখা।
রঘুনাথের নিয়ম যেন পাষাণের রেখা॥
সাড়ে সাত প্রহর যায় যাঁহার স্মরণে।
আহার নিদ্রা চারি দণ্ড সেও নহে কোন দিন।
বৈরাগ্যের কথা তাঁর অদ্ভুত কথন।
আজন্ম না দিল জিহ্বায় রসের স্পর্শন॥
ছিঁড়া কানি কাঁথা বিনা না পরে বসন।
সাবধানে প্রভুর কৈল আজ্ঞার পালন॥
প্রাণরক্ষা লাগি যেবা করেন ভক্ষণ।
তাহা খাঞা আপনাকে করে নির্ব্বেদন॥

শ্রীচৈতন্যচরিতামৃত, অন্ত্যখণ্ড।

ভীষ্মদেব।

ভীষ্মদেব বলিয়াছেন—

"ব্রহ্মচর্য্য দ্বারা দীর্ঘায়ু লাভ হয়।

ব্রহ্মচর্য্য দ্বারা জীবন লাভ করিবে।" মহাভারত॥

মহাভারতের যুগে, বর্ত্তমান দিল্লীর অনতিদূরে, হস্তিনাপুর ও ইন্দ্রপ্রস্থ নামে দুইটী সমৃদ্ধিশালী নগর ছিল। হস্তিনাপুর, সুপ্রসিদ্ধ কুরুবংশীয় নৃপতিগণের রাজধানী ছিল। এই কুরু-বংশে শান্তনু নামক এক পরমজ্ঞানী ও পরম ধার্ম্মিক নরপতি জন্ম-গ্রহণ করেন। মহারাজ শান্তনু হস্তিনার সিংহাসনে প্রতিষ্ঠিত হইয়া তৎকালে সুনিয়মে রাজ্য শাসন ও অপত্য নির্ব্বিশেষে প্রজাপালন করিতে লাগিলেন।

কালক্রমে মহারাজ শান্তনুর দেবব্রত নামে একটী পুত্র জন্মিল। ক্রমশঃ কুমার যৌবন দশায় উপনীত হইলেন। অসাধারণ বুদ্ধি ও অধ্যবসায় বলে তিনি বেদ, বেদাঙ্গের সহিত ধনুর্ব্বেদেও বিশেষ পারদর্শিতা লাভ করিলেন।

শান্তনু কুমারকে সর্ব্বশাস্ত্রে সুপণ্ডিত এবং সর্ব্বগুণালঙ্কৃত দেখিয়া অতিমাত্র হৃষ্ট হইলেন এবং অচিরাৎ তাঁহাকে যৌবরাজ্যে অভিষিক্ত করিলেন। যুবরাজ দেবব্রত পিতৃভক্তি, প্রজাবাৎসল্য এবং সর্ব্বোপরি অলোকসামান্য আত্মসংযম প্রভাবে সর্ব্বজনপ্রিয় হইয়া উঠিলেন। শান্তনু পুত্রের হস্তে রাজকীয় কার্য্যের ভার সমর্পণ করিয়া নিশ্চিন্ত হইলেন।

এইরূপে কিছুকাল অতিবাহিত হইল। একদা শান্তনু

যমুনাতটে বন ভ্রমণ করিতে করিতে একটি পরমসুন্দরী ধীবর-কন্যা দেখিতে পাইলেন। শান্তনু তাহার পিতার নিকটে গমন পূর্ব্বক পুত্রান্তর কামনায় ঐ কন্যাকে ধর্ম্মপত্নীরূপে গ্রহণ করিবার প্রার্থনা করিলেন। ধীবর বলিল আমার এই কন্যা সত্যবতীকে গ্রহণ করিতে হইলে আপনাকে একটি প্রতিজ্ঞাবদ্ধ হইতে হইবে। তাহা এই, "আমার এই কন্যার যে পুত্র জন্মিবে সে আপনার রাজ্যের উত্তরাধিকারী হইবে।"

মহারাজ শান্তনু এই প্রার্থনায় সম্মত হইতে পারিলেন না তিনি ক্ষুণ্ণমনে রাজধানীতে প্রত্যাবর্ত্তন পূর্ব্বক দুর্বিষহ চিন্তায় কালাতিপাত করিতে লাগিলেন। দেবব্রত বই তাঁহার অন্য পুত্র ছিল না। কুলস্থিতির নিমিত্ত আর একটি পুত্র হয়, এই জন্য তিনি বিবাহ করিতে ইচ্ছা করিয়াছিলেন।

পিতৃভক্ত দেবব্রত পিতার এতাদৃশ বিষণ্ণ ভাব অবলোকন করিয়া বন্দনাপূর্ব্বক জিজ্ঞাসা করিলেন, তাত! রাজ্যের কোথাও কোন বিঘ্ন ঘটে নাই, প্রজাকুল স্বচ্ছন্দে কালযাপন করিতেছে, তথাপি কি নিমিত্ত আপনাকে এরূপ বিষণ্ণ দেখিতেছি? শান্তনু বলিলেন, "বৎস, তুমি আমার একমাত্র পুত্র। তুমি রণনিপুণ, রণস্থলেই তোমার নিধন সম্ভাবনা দেখিতেছি। তাহা হইলে এ কুল ধ্বংশ হইবে। এই দুশ্চিন্তায় আমি ক্রমশঃ অবসন্ন হইয়া পড়িতেছি।"

দেবব্রত পিতার বাক্য শ্রবণ করিয়া কিয়ৎক্ষণ চিন্তা করিতে লাগিলেন, অতঃপর বৃদ্ধ অমাত্যকে জিজ্ঞাসা করিয়া জানিলেন,

শান্তনু বংশরক্ষা কামনায় ধীবরকন্যা সত্যবতীকে বিবাহ করিতে ইচ্ছা করিতেছেন; কিন্তু সত্যবতীর পিতার অঙ্গীকার স্মরণ-পূর্ব্বক নিরস্ত রহিয়াছেন। এখন এবিষয় তাঁহার উপরই সম্পূর্ণরূপে নির্ভর করিতেছে।

ধর্ম্মব্রত দেবব্রত মুহূর্ত্তমধ্যে স্বীয় কর্ত্তব্য স্থির করিলেন। স্বার্থ চিন্তা ও বিষয় বাসনা তাঁহার হৃদয় হইতে দূরীভূত হইল। দেবব্রত স্থির করিলেন, প্রাণান্ত করিয়াও পিতার পরিতোষ সাধন করিতে হইবে।

তিনি কালবিলম্ব না করিয়া ক্ষত্রিয়গণ সমভিব্যাহারে ধীবরের নিকট গমন পূর্ব্বক পিতার নিমিত্ত সত্যবতীকে প্রার্থনা করিলেন।

ধীবর দাশরাজ বলিলেন, "এই পরিণয় সম্পন্ন হইলে কালক্রমে আমার কন্যার সন্তান জন্মিলে, আপনার সহিত শত্রুতা ঘটিবে। আপনি, প্রবল পরাক্রান্ত ও তেজস্বী, আপনার, সহিত শত্রুতা করিয়া কেহই দীর্ঘকাল জীবিত থাকিতে পারিবে না।"

দেবব্রত ধীবরের বাক্য শ্রবণ করিয়া কিছু মাত্র বিচলিত হইলেন না। ধীরভাবে সমাগত ক্ষত্রিয়গণ সমক্ষে ধীবরকে বলিলেন, "আমার সত্য প্রতিজ্ঞা শ্রবণ কর—যিনি তোমার কন্যার গর্ভে জন্মগ্রহণ করিবেন, তিনিই আমার পিতার উত্তরাধিকারী হইবেন, হস্তিনার সিংহাসন তাঁহারই হইবে। আমি তাঁহাকেই কুরুরাজ্যের রাজা বলিয়া স্বীকার করিব।" তখন

ধীবর বলিলেন, "আপনি সত্যব্রত, আপনার প্রতিজ্ঞা অটল থাকিবে; কিন্তু আপনার পুত্র হইতে শত্রুতার সম্ভাবনা।"

মহানুভব দেবব্রত তখন দাশরাজকে কহিলেন, পূর্ব্ব প্রতিজ্ঞা দ্বারা ইতোপূর্ব্বেই আমি রাজ্য ত্যাগ করিয়াছি। এখন আমার পুত্রের রাজ্যপ্রাপ্তির সন্দেহ দূরীভূত করিবার জন্য এই বিজ্ঞ ক্ষত্রমণ্ডলীর সমক্ষে প্রতিজ্ঞা করিতেছি—"আমি কখনও দার-পরিগ্রহ করিব না। কঠোর ব্রহ্মচর্য্যব্রত অবলম্বন পূর্ব্বক দেশ-সেবায় রত থাকিব। আমি পিতার পরিতোষের জন্যই এই কঠোর প্রতিজ্ঞাপাশে আবদ্ধ হইলাম। ইহাতে অপুত্রক হইলেও, আমার মোক্ষের দ্বার চির উন্মুক্ত রহিবে। বিধ্বংশ হইলেও ভগবৎকৃপায় ও পিতার আশীর্ব্বাদে, আমার প্রতিজ্ঞা স্খলিত হইবে না।"

দেবব্রতের স্বার্থত্যাগ ও পিতৃভক্তির পরাকাষ্ঠা দেখিয়া ক্ষত্রিয়গণ বিস্মিত ও পুলকিত হইলেন। দাশরাজ কন্যাদানে সম্মত হইলেন। দেবব্রত সত্যবতীকে লইয়া পিতৃসমীপে উপস্থিত হইলেন। হস্তিনাপুরবাসিগণ একবাক্যে এই দুষ্কর কর্ম্মের নিমিত্ত দেবব্রতের ভূয়সী প্রশংসা করিতে লাগিলেন মহারাজ শান্তনু, পুত্রের অসাধারণ ক্ষমতা ও তেজস্বিতা দেখিয়া প্রীত হইয়া বর প্রদান করিলেন, "বৎস, তোমার অনিচ্ছায় তোমার মৃত্যু হইবে না।" দেবব্রত এই অতি ভীষণ কর্ম্ম করাতে, জনসমাজে ভীষ্ম নামে প্রসিদ্ধ হইলেন।

চিত্রাঙ্গদ ও বিচিত্রবীর্য্য।

মহারাজ শান্তনু ও সত্যবতী ভীষ্মের শুশ্রূষায় আনন্দে শান্তিতে কালযাপন করিতে লাগিলেন। ক্রমে ক্রমে দুইটী পুত্র জন্মিল। চিত্রাঙ্গদ জ্যেষ্ঠ এবং বিচিত্রবীর্য্য কনিষ্ঠ। ভীষ্ম অনন্তকর্ম্মা হইয়া, চিত্রাঙ্গদকে নানাশাস্ত্রে পারদর্শী করিয়া তুলিলেন; শস্ত্রবিদ্যাতেও তিনি বিশেষ পারদর্শী হইলেন। ইতোমধ্যে শান্তনু দেহত্যাগ করিলেন। ভীষ্ম পিতৃবিয়োগে মর্ম্মাহত হইলেও কর্ত্তব্যপথ হইতে বিচলিত হইলেন না। পিতার ঔর্দ্ধদেহিক ক্রিয়া সম্পন্ন করিয়া, মাতা সত্যবতীর অনুমতি গ্রহণ পূর্ব্বক চিত্রাঙ্গদকে রাজ্যে অভিষিক্ত করিলেন। কিন্তু তিনি অচিরেই যুদ্ধে নিহত হইলেন।

ভ্রাতার নিধন সংবাদে ভীষ্ম অত্যন্ত দুঃখিত হইলেন; কিন্তু কর্ত্তব্য পালনে বিরত হইলেন না। অপ্রাপ্তবয়স্ক বিচিত্রবীর্য্যের প্রতিপালন ও শিক্ষা বিধানে তৎপর হইলেন। বিচিত্রবীর্য্য যৌবনে পদার্পণ করিলেন। ভীষ্ম নিজে চিরকৌমার্য্যব্রতধারী হইয়াও ভ্রাতার বিবাহের জন্য কাশীরাজের কন্যা তিনটিকে স্বয়ংবর সভা হইতে স্বকীয় রথে উঠাইয়া প্রস্থান করিলেন। সমবেত ভূপতিবৃন্দ, অস্ত্রগ্রহণপূর্ব্বক অগ্রসর হইলেন বটে, কিন্তু ভীষ্মের পরাক্রমে তাঁহারা পরাজয় স্বীকার করিলেন।

হস্তিনাপুরে বিবাহের উত্তোগ হইতে লাগিল। এই সময়ে কাশীরাজের জ্যেষ্ঠা কন্যা অম্বা ইতোপূর্ব্বে মনে মনে শৈল্যরাজকে পতিরূপে বরণ করিয়াছেন জ্ঞাত হইয়া, ভীষ্ম তাঁহাকে তাঁহার ইচ্ছানুরূপ কার্য্য করিতে অনুমতি দিয়া, অপর দুইটী কন্যার সহিত বিচিত্রবীর্য্যের বিবাহ দিলেন। কিন্তু দুর্ভাগ্যক্রমে বিচিত্র-বীর্য্য ক্ষয়রোগে, যৌবনেই কালগ্রাসে পতিত হইলেন। সত্যবতী পুত্রশোকাবেগ সংবরণ করিয়া ভীষ্মকে কহিলেন, “বৎস! বধূ-দিগের সন্তান সম্ভাবনা হইয়াছে সত্য, কিন্তু পুত্রই যে জন্মিবে এমন ঠিক করিয়া বলা যায় না। অতএব আমি অনুমতি করিতেছি,তুমি এখন বিবাহ করিয়া রাজপদ গ্রহণ কর।” মাতার কথা শুনিয়া ভীষ্ম ধীরভাবে বলিলেন,“মাতঃ, রাজ্য ও স্ত্রীগ্রহণ বিষয়ে ইতোপূর্ব্বেই আমি যে প্রতিজ্ঞা করিয়াছি তাহা আপনি জ্ঞাত আছেন। সর্ব্বান্তঃকরণে প্রতিজ্ঞাপালনেও যথাসাধ্য যত্নশীল রহিয়াছি। আমি অকিঞ্চিৎকর বিষয়ভোগ বাসনার জন্য সত্যভ্রষ্ট হইয়া নিরয়গামী হইতে চাই না। ভীষ্মের প্রতিজ্ঞা, ভগবৎ কৃপায় ও গুরুজনের আশীর্ব্বাদে, অটল থাকিবে। রাজ-সিংহাসন আপাততঃ শূন্য থাকিলেও কোন ভয় নাই আমি বাহুবলে ও মন্ত্রণাকৌশলে উহা সর্ব্বথা রক্ষা করিব বিচিত্রবীর্য্যের পত্নীদ্বয়ের যাহাতে পুত্র জন্মে সেই বিষয়ে আপনি একান্তমনে মঙ্গলময়ের নিকট প্রার্থনা করুন।” এই বলিয়া কর্ম্মবীর ভীষ্ম রাজ্য সংরক্ষণে সচেষ্ট রহিলেন।

ধৃতরাষ্ট্র ও পাণ্ডু।

ভগবৎকৃপায় বিচিত্রবীর্য্যের পত্নীদ্বয়ের এক একটী পুত্র জন্মিল। ভীষ্ম কুমারদ্বয়ের জাত কর্ম্মাদি সম্পাদন করিয়া অম্বিকার পুত্রের নাম ধৃতরাষ্ট্র ও অম্বালিকার পুত্রের নাম পাণ্ডু রাখিলেন। দুর্ভাগ্যবশতঃ ধৃতরাষ্ট্র জন্মান্ধ হইলেন। ভীষ্ম অপত্যনির্ব্বিশেষে ভ্রাতুষ্পুত্র দুইটীকে লালন পালন করিতে লাগিলেন। উভয়কেই রাজকুলোচিত শিক্ষা দিতে লাগিলেন। কুমারেরা প্রথমতঃ বেদশাস্ত্র অধ্যয়ন করিলেন। অতঃপর ধনুর্ব্বেদ, গদাযুদ্ধপ্রণালী, অসিচালনা প্রভৃতি অস্ত্র শস্ত্র শিক্ষাতে দক্ষতা লাভ করিলেন। মহামতি ভীষ্ম সর্ব্বশাস্ত্রজ্ঞ, ধনুর্দ্ধরশ্রেষ্ঠ পাণ্ডুকেই রাজ্যে অভিষিক্ত করিলেন। পাণ্ডু ভীষ্মের উপদেশানুসারে প্রজাপালন করিতে লাগিলেন। ভীষ্ম পাণ্ডুর দক্ষতা দেখিয়া আনন্দিত হইলেন।

অনন্তর ভীষ্ম ভ্রাতুষ্পুত্রদ্বয়ের বিবাহে উদ্যোগী হইলেন। গান্ধার রাজকন্যার সহিত ধৃতরাষ্ট্রের বিবাহ হইল। কুন্তি-ভোজের কন্যা কুন্তী স্বয়ংবর সভায় পাণ্ডুকে গলায় বরমাল্য প্রদান করিলেন। এদিকে ভীষ্ম পাণ্ডুকে মদ্রাধিপতি শল্যরাজের ভগিনী মাদ্রীর সহিত আর একটি বিবাহ দিলেন।

কালক্রমে পাণ্ডুমহিষী কুন্তী ক্রমে ক্রমে তিনটি পুত্র প্রসব

করিলেন—যুধিষ্ঠির, ভীম, অর্জ্জুন ; এবং অপরা মহিষী মাদ্রী দুইটী পুত্র প্রসব করিলেন—নকুল ও সহদেব।

ধৃতরাষ্ট্রপত্নী গান্ধারী শত পুত্র প্রসব করিলেন—দুর্য্যোধন, দুঃশাসন প্রভৃতি। কুমারদিগের বাল্যাবস্থায়ই পাণ্ডু দেহত্যাগ করিলেন। সমগ্র কুরুরাজ্য শোকাচ্ছন্ন হইল—সত্যবতী ও ভীষ্মের শোকাবেগ দুঃসহ হইল। কুন্তী ও মাদ্রী মূর্চ্ছিত হইয়া পড়িলেন। পতিপ্রাণা মাদ্রী মৃত পতির সহগমন করিলেন। কুন্তী শিশু সন্তানগুলির পালনরূপ কঠোর কর্ত্তব্যানুরোধে সহগমনে বিরতা থাকিলেন। ভীষ্ম আবার যুধিষ্ঠিরাদি কুমারগণের রক্ষণাবেক্ষণ ও শিক্ষাবিধানে যত্নশীল হইলেন। পুনঃ পুনঃ বিপৎপাতেও তিনি কঠোর কর্ত্তব্যপথ হইতে কিছুমাত্র বিচলিত হইলেন না। সত্যপ্রতিজ্ঞ, অচল, অটল, কর্ম্মবীর ভীষ্ম, শোকাবেগ সংবরণপূর্ব্বক কর্ত্তব্য পালন করিতে লাগিলেন। কিন্তু এবার ভীষ্ম রাজ্যের কর্তৃত্ব গ্রহণ করিলেন না। ধৃতরাষ্ট্রের আদেশেই রাজ্যসংক্রান্ত যাবতীয় কার্য্য নিষ্পন্ন হইতে লাগিল।

পাণ্ডুর বিয়োগে সত্যবতী শোকাবেগ সম্বরণ করিতে অক্ষম হইয়া এবং ধৃতরাষ্ট্রের পুত্রগণের দুষ্ট প্রকৃতি অবলোকন করিয়া দুর্নিবার ভ্রাতৃবিরোধে কুলক্ষয় আশঙ্কায় বনগমন করিলেন এবং কালক্রমে যোগমার্গ অবলম্বনপূর্ব্বক তনুত্যাগ করিলেন।

এদিকে ভীষ্ম কর্ম্মযোগ অবলম্বন করিলেন। বিশাল কুরুরাজ্য সংরক্ষণ ও কুমারদিগের যথাবিধি রাজোচিত শিক্ষা বিধানই তাঁহার কঠোর তপস্যার বিষয় হইল।

কুমারগণ উপযুক্ত আচার্য্যের নিকট বেদাধ্যয়ন করিতে লাগিলেন। ভীষ্ম তাঁহাদিগকে ধর্ম্মশাস্ত্র, রাজনীতি, লোকাচারাদি শিক্ষা দিতে লাগিলেন।

পাণ্ডুপুত্রগণের শাস্ত্রজ্ঞানে ধর্ম্মানুরাগ প্রবল হইতে লাগিল; কিন্তু দুর্য্যোধন প্রভৃতি ধৃতরাষ্ট্রের পুত্রগণ ক্রমশঃ ঐশ্বর্য্যমদে প্রমত্ত হইয়া উঠিলেন। ভীষ্ম দুর্য্যোধনের ঔদ্ধত্য ও গুরুজনের প্রতি অবজ্ঞার ভাব দর্শন করিয়া সাতিশয় দুঃখিত হইলেন।

অতঃপর কুমারগণ ধনুর্ব্বেদবিশারদ বিপ্র দ্রোণাচার্য্যের নিকট অস্ত্রশিক্ষা করিতে লাগিলেন। শিষ্যগণের মধ্যে অর্জ্জুনই ধনুর্ব্বিদ্যায় বিশেষ প্রতিপত্তিলাভ করিতে লাগিলেন। ক্রমশঃ তিনি অস্ত্রের সন্ধান, প্রয়োগ ও সংহারে গুরু দ্রোণাচার্য্যের সমকক্ষ হইয়া উঠিলেন। অসিপ্রয়োগে ও রথযুদ্ধেও তিনি সুদক্ষ হইলেন। যুধিষ্ঠির উৎকৃষ্ট রথী হইলেন। ভীমসেন ও দুর্য্যোধন গদাযুদ্ধে এবং নকুল ও সহদেব অসিচর্য্যায় নিপুণ হইয়া উঠিলেন। এইরূপে কুমারদিগের শিক্ষাবিধান শেষ করিয়া দ্রোণাচার্য্য ভীষ্মদেবকে তদ্বিষয় জ্ঞাপন করিলেন। ভীষ্মদেব বিনয়বচনে তাঁহার ভূয়সী প্রশংসাবাদ করিলেন।

যুধিষ্ঠির সর্ব্বজ্যেষ্ঠ, পরমধার্ম্মিক; তাঁহাকেই রাজপদে প্রতিষ্ঠিত করিবার জন্য ভীষ্মের একান্ত কামনা। পুরবাসিগণও যুধিষ্ঠিরকে রাজপদে প্রতিষ্ঠিত দেখিলে পরিতুষ্ট হইবেন এইরূপ কথা শুনিয়া ভীষ্ম পরমাহ্লাদিত হইলেন। ভীষ্মদেব

বাষ্পগদ্গদকণ্ঠে পুরবাসীদিগকে কহিলেন, "কুমারদিগকে সুশিক্ষিত করিবার অভিলাষ আমার পূর্ণ হইয়াছে। যুধিষ্ঠির রাজ্যশাসন ও প্রজাপালনে সক্ষম হইবেন, সে বিষয়ে আর কিছুমাত্র সন্দেহ নাই। আমি প্রতিজ্ঞাপূর্ব্বক রাজপদ ত্যাগ করিয়াছি। এখন প্রজাধর্ম্ম পালনই আমার যোগ ও তপস্যা। এখন আমি বৃদ্ধ হইয়াছি, দেহও ক্রমে শিথিল হইতেছে। কুরুরাজের হিতসাধনের জন্যই আমি এখন জীবন ধারণ করিতেছি। যৌবনে সর্ব্বজনসমক্ষে যে ব্রহ্মচর্য্যব্রতে দীক্ষিত হইয়াছি, বার্দ্ধক্যেও সেই ব্রত রক্ষা করিব—সেই ধর্ম্ম পালন করিব। যুধিষ্ঠির সর্ব্বজনপূজিত হইয়া প্রজাপালন করুন, আমি অনুক্ষণ প্রজাধর্ম্ম অনুসরণ পূর্ব্বক, তদীয় প্রীতিকর রাজ্যের মঙ্গলজনক কার্য্য সাধন করি। আমার ধর্ম্মও ইহাই, আমার কর্ম্মও ইহাই, আমার তপও ইহাই।" পুরবাসিগণ ভীষ্মের এতাদৃশ ধর্ম্মানুমোদিত বাক্য শ্রবণে সন্তুষ্ট হইলেন। কিন্তু দুর্য্যোধনের ইহাতে ঈর্ষানল প্রজ্বলিত হইয়া উঠিল। ধৃতরাষ্ট্রও পাপস্বভাব পুত্রের মায়াতে মুগ্ধ হইয়া ন্যায় ও ধর্ম্মে জলাঞ্জলি দিলেন।

দুর্য্যোধন এখন পাণ্ডবদিগের সর্ব্বনাশ সাধনে কৃতসঙ্কল্প হইলেন। প্রথমে পাণ্ডবদিগকে জতুগৃহে দগ্ধ করিবার অভিপ্রায়ে, ছলে, কৌশলে তাঁহাদিগকে বারণাবতে প্রেরণ করিলেন। ভীষ্ম এই বিষয় অবগত হইয়া বিষণ্ণ ভাবে হস্তিনাপুরীতে অবস্থিতি করিতে লাগিলেন। কিন্তু বিদুরের

গুপ্ত সাহায্যে পাণ্ডবগণ সুরঙ্গ-দ্বার দিয়া পলায়ন করিয়া এইবার বিপদ হইতে ত্রাণ পাইলেন। নিবিড় বনপ্রদেশে পাণ্ডবগণ মাতা ও সহধর্ম্মিণী সহ অতিকষ্টে কালযাপন করিতে লাগিলেন। এবং ছদ্মবেশে ভিক্ষাবৃত্তি দ্বারা জীবিকা নির্ব্বাহ করিতে লাগিলেন। অবশেষে একচক্রা নগরীতে ব্রাহ্মণের বেশে এক দরিদ্র বিপ্রগৃহে অবস্থিতি করিতে লাগিলেন। ইতোমধ্যে পাঞ্চালরাজকন্যা দ্রৌপদীর স্বয়ংবর উপস্থিত,স্বয়ংবর সভায় দুর্য্যোধনাদি বহু নৃপতিবৃন্দ উপস্থিত হইলেন; কিন্তু পাণ্ডবগণের বিয়োগদুঃখে কাতর ভীষ্ম ঐ সভায় যোগদান করিলেন না। এদিকে ব্রাহ্মণবেশে পাণ্ডবগণ তথায় উপস্থিত হইলেন। একে একে উপস্থিত নৃপতিবৃন্দ যখন লক্ষ্যভেদে অপারগ হইলেন, তখন ধনুর্ব্বেদ বিশারদ অর্জ্জুন ব্রাহ্মণ সমাজ হইতে উত্থিত হইয়া, লক্ষ্যভেদ পূর্ব্বক দ্রৌপদীকে লাভ করিলেন।

পাণ্ডবগণ জীবিত রহিয়াছেন এই সংবাদ ক্রমে চারিদিকে প্রচারিত হইল। ভীষ্ম ইহা শুনিয়া যার পর নাই আহ্লাদিত হইলেন, এবং গলদশ্রুলোচনে ভগবানের নিকট পাণ্ডবদিগের সর্ব্বাঙ্গীন কুশলকামনা করিতে লাগিলেন।

দুর্য্যোধন ধৃতরাষ্ট্রের নিকট এখন নূতন ষড়যন্ত্রের অভিলাষ জানাইলেন; কিন্তু কর্ণ সম্মুখ সমরে পাণ্ডবদিগকে পরাজিত করিতে কহিলেন। ধৃতরাষ্ট্র ভীষ্মের ভয়ে হঠাৎ কিছু করিতে সাহসী হইলেন না। তিনি ভীষ্ম প্রভৃতিকে ডাকিয়া পাণ্ডবদিগের সম্বন্ধে কি করা কর্ত্তব্য জিজ্ঞাসা করিলেন।

ভীষ্ম ধীরভাবে ধৃতরাষ্ট্রকে কহিলেন "বৎস, তুমি ও পাণ্ডু উভয়ই আমার সমক্ষে তুল্য, তোমাদিগকে স্নেহ যত্নে লালন পালন করিয়াছি ও শিক্ষা দিয়াছি। পাণ্ডুর ও তোমার পুত্রগণ ও আমার স্নেহের পাত্র। কেমন করিয়া আত্মকলহে সম্মতি দিব? পাণ্ডবদিগকে অর্দ্ধেক রাজ্য প্রদান করিয়া নির্ব্বিঘ্নে কালযাপন করাই উচিত।"

অতঃপর ভীষ্ম দুর্য্যোধনকে বলিলেন "বৎস, এই কুরুরাজ্যে তোমাদের ও পাণ্ডবদিগের তুল্য অধিকার। তাহাদিগকে অর্দ্ধরাজ্য প্রদান পূর্ব্বক, সুখে কালযাপন কর।

আত্মগ্রহে তোমরা দুর্ব্বল হইয়া পড়িবে। তখন বহিঃশত্রুর আক্রমণ হইতে কেহই আত্মরক্ষায় সক্ষম হইবে না। যদি ধর্ম্ম রক্ষা করা উচিত মনে কর, যদি আমার প্রিয়কার্য্য করার তোমার ইচ্ছা থাকে, যদি কুলরক্ষা করার কামনা থাকে তাহা হইলে পাণ্ডবদিগকে রাজ্যার্দ্ধ প্রদান কর।"

বিদুর ও দ্রোণ ভীষ্মদেবের বাক্যের অনুমোদন করিলেন; কিন্তু কর্ণ ভীষ্মদেবকে নিন্দা করিলেন। দৃঢ়ব্রত, ব্রহ্মচর্য্য পরায়ণ ভীষ্মদেব উহাতে কিছুমাত্র বিচলিত হইলেন না।

ধৃতরাষ্ট্র ভীষ্মদেবের উপদেশে পাণ্ডবদিগকে দ্রুপদরাজ্য হইতে আনাইয়া, যুধিষ্ঠিরকে রাজ্যার্দ্ধ প্রদান করিলেন। খাণ্ডবপ্রস্থনগর তাঁহাদের রাজধানী নির্দ্দিষ্ট হইল। পাণ্ডবেরা ভীষ্মমুখ গুরুজনদিগের পাদ বন্দনা করিয়া, প্রসন্ন অন্তঃকরণে খাণ্ডবপ্রস্থে যাত্রা করিলেন। যুধিষ্ঠিরের সুশাসনে খাণ্ডবপ্রস্থ

শ্রীসম্পন্ন হইয়া উঠিল। ভীষ্ম যুধিষ্ঠিরের কার্য্য কুশলতার সংবাদ পাইয়া পরম প্রীত হইলেন।

কিছুদিন পর, শ্রীকৃষ্ণের মতানুসারে যুধিষ্ঠির রাজসূয় মহাযজ্ঞের অনুষ্ঠানে ব্রতী হইলেন। ভীষ্ম এই শুভ সংবাদে আহ্লাদিত হইলেন। তাঁহার যত্নে সুশিক্ষিত হইয়া আজ যুধিষ্ঠির রাজচক্রবর্ত্তী হইবেন ইহাতে ভীষ্মের চিত্ত প্রফুল্ল হইল। ভীষ্ম এই মহাযজ্ঞে কর্ত্তব্যাকর্ত্তব্যের ভার গ্রহণ করিলেন। দুর্য্যোধনাদিও যথানির্দ্দিষ্ট কার্য্যের ভার গ্রহণ করিলেন। ভীষ্ম যুধিষ্ঠিরকে বলিলেন, "বৎস! যিনি সর্ব্বশ্রেষ্ঠ, যজ্ঞভূমিতে অগ্রে তাঁহারই অর্চ্চনা কর।" যুধিষ্ঠির শ্রেষ্ঠ ব্যক্তির বিষয় জিজ্ঞাসা করিলে, ভীষ্ম বলিলেন, "ভগবান শ্রীকৃষ্ণই সর্ব্বশ্রেষ্ঠ, অতএব বৎস! তুমি অগ্রে তাঁহারই অর্চ্চনা কর।"

ভীষ্মের আদেশে যুধিষ্ঠির দ্বারাবতীরাজ শ্রীকৃষ্ণকে অর্ঘ্য প্রদান করিলে, চেদিরাজ শিশুপাল ইহাতে রুষ্ট হইয়া ভীষ্ম, কৃষ্ণ ও যুধিষ্ঠিরের নিন্দা করিতে লাগিলেন। যুধিষ্ঠিরের অনুনয় বাক্যে যখন শিশুপাল নিরস্ত হইলেন না, তখন ভীষ্ম বলিলেন "যুধিষ্ঠির উহাকে বুঝাইয়া কি হইবে?" অতঃপর তিনি শিশুপালকে বলিলেন, "চেদিরাজ, শ্রীকৃষ্ণের ত্রিভুবনবিজয়ী পরাক্রম সকলেই দর্শন করিয়াছেন। বয়সে বালক হইলেও শ্রীকৃষ্ণ বেদবেদাঙ্গসম্পন্ন, বিনয়শীল ও কীর্ত্তিমান্। কাহারও অনুরোধে বা কোন উপকারের প্রত্যাশায় তাঁহার অর্চ্চনা করা হয় নাই। সর্ব্বজনপূজিত বলিয়াই তাঁহাকে অর্ঘ্যদান করা হইয়াছে।

শ্রীকৃষ্ণের অর্চনা যদি তুমি অন্যায় হইয়াছে বলিয়া মনে কর তাহা হইলে তৎপ্রতিবিধানে তোমার যেরূপ অভিরুচি হয় কর।" ভীষ্ম বয়োবৃদ্ধ হইয়াও অল্পবয়স্ক শ্রীকৃষ্ণের গুণের যেরূপ মর্য্যাদা রক্ষা করিলেন তাহাতে সমাগত জনগণ ভীষ্মের মহানুভাবতারই পরিচয় পাইলেন।

শিশুপাল ও তৎপক্ষীয় নৃপতিগণ ক্রোধান্বিত হইয়া শ্রীকৃষ্ণের ভর্ৎসনা করিতে লাগিলেন। যুধিষ্ঠির চিন্তিত হইয়া ভীষ্মকে কহিলেন,"আর্য্য, ইহারা অত্যন্ত উত্তেজিত হইয়াছেন, যাহাতে যজ্ঞ নির্ব্বিঘ্নে সম্পন্ন হয় তাহার উপায় বিধান করুন।" ভীষ্ম কহিলেন,"বৎস, অরিনিসূদন শ্রীকৃষ্ণই ইহার প্রতিবিধান করিবেন তুমি ভীত হইও না।"

ইত্যবসরে শিশুপাল বলিয়া উঠিলেন,"ভীষ্মের জীবন এই ভূপতিগণের ইচ্ছাধীন রহিয়াছে।" মহাবীর ভীষ্ম এই কথা শুনিয়া বলিলেন, "চেদিরাজ, আমি চিরদিন আত্মশক্তিতে রক্ষিত। এই নৃপতিবৃন্দ আমার কোন অনিষ্ট সাধনেই কৃত-কার্য্য হইতে পারিবেন না। আমি যুধিষ্ঠিরকে সৎপরামর্শই দিয়াছি; ইহাতে সমগ্র জগৎবাসিগণ আমার বিরোধী হইলেও আমি ভীত হইব না,মস্তক অবনত করাত দূরের কথা। যতক্ষণ পর্য্যন্ত ক্ষাত্রতেজের কণামাত্রও আমার দেহে বর্ত্তমান থাকিবে যতদিন আত্মসম্মানবোধ আমার থাকিবে,ততদিন আমি তেজ-স্বিতার জলাঞ্জলি দিয়া অন্যায়ের নিকট মস্তক অবনত করিব না।"

সচরাচর শিশুপালপক্ষীয় নরপতিগণ ভীষ্মের নানাবিধ কুৎসা করিতে লাগিলেন, কেহ কেহ বা তাঁহার প্রতি নানা-প্রকার অবজ্ঞাসূচক বাক্য প্রয়োগ করিতে লাগিলেন। ভীষ্ম-দেব তখন ধীরভাবে তাঁহাদিগকে বলিলেন, "নৃপতিবৃন্দ, তোমরা উত্তরোত্তর প্রগল্ভতারই পরিচয় দিতেছ। তোমরা কেহ আমাকে পশুর ন্যায় নিহত করিতে চাহিতেছ, কেহ কেহ বা অনলে দগ্ধ করিতে চাহিতেছ; কিন্তু আমি তোমাদের পরাক্রমকে তৃণতুল্য জ্ঞান করি। সর্ব্বজন পূজিত শ্রীকৃষ্ণ সম্মুখে উপস্থিত, যাঁহারা মরিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহারা বাসু-দেবের সহিত যুদ্ধে প্রবৃত্ত হউন।"

ভীষ্মের কথা শেষ হইতে না হইতেই, শিশুপাল শ্রীকৃষ্ণের প্রতি বেগে ধাবিত হইলেন এবং দ্বন্দ্বযুদ্ধে পরাজিত ও নিহত হইলেন।

ভীষ্মের সূক্ষ্ম কর্ত্তব্যাকর্ত্তব্য বিচারে মহাযজ্ঞ নির্ব্বিঘ্নে সম্পন্ন হইল। যুধিষ্ঠিরকে সাম্রাজ্যে সুপ্রতিষ্ঠিত দেখিয়া, ভীষ্ম পরম প্রীত হইলেন। নৃপতিবৃন্দ স্ব স্ব রাজ্যে প্রত্যাবর্ত্তন করিলে একদিন ভীষ্ম যুধিষ্ঠিরকে কহিলেন, "বৎস, বহুকষ্টে তোমাদিগকে পালন করিয়াছি। আজ তোমাকে সসাগরা ধরার সম্রাটপদে প্রতিষ্ঠিত দেখিলাম, ইহা আমার পরম সৌভাগ্য। তুমি আজ ধর্ম্মরাজ বলিয়া পূজিত হইতেছ, ইহাতেও পরম প্রীত হইলাম। আশীর্ব্বাদ করি তুমি শ্রীকৃষ্ণের কৃপায় বলশালী, ধর্ম্মপরায়ণ ও প্রজারঞ্জক হইয়া আমাদের পবিত্রকুল উজ্জ্বল কর।"

"আমি যৌবনেই রাজ্য পরিত্যাগ করিয়াছি, বহুকাল স্থিরভাবে কুরুরাজ্যের সেবা করিয়া এখন বৃদ্ধ হইয়াছি। তোমাকে যে রাজচক্রবর্ত্তী হইতে দেখিলাম ইহা আমার পরম সৌভাগ্যের বিষয়।" এই বলিয়া ভীষ্ম বিদায় গ্রহণপূর্ব্বক ধৃতরাষ্ট্রাদির সহিত হস্তিনাপুরে প্রত্যাগমন করিলেন।

এদিকে দুর্য্যোধন ঈর্ষানলে দগ্ধ হইতে লাগিলেন। অবশেষে যুধিষ্ঠিরকে দ্যূতক্রীড়ায় পরাজিত করিয়া রাজ্য হইতে বিতাড়িত করিবেন ইহাই স্থির করিলেন। কিন্তু ভীষ্ম অক্ষক্রীড়ার অপকারিতা সম্বন্ধে ধৃতরাষ্ট্র ও দুর্য্যোধনকে কত বুঝাইলেন কিন্তু রাজ্যলোলুপ ধৃতরাষ্ট্র তাঁহার সদুপদেশে কর্ণপাতও করিলেন না।

যুধিষ্ঠির দ্যূতক্রীড়ায় পরাস্ত হইয়া পণানুসারে রাজ্য পরিত্যাগপূর্ব্বক, অনুজগণ ও দ্রৌপদীর সহিত দ্বাদশ বৎসর অজ্ঞাতবনবাসে কাটাইবার জন্য ভীষ্ম প্রভৃতি গুরুজনের চরণ বন্দনা করিয়া, অরণ্যে যাত্রা করিলেন। কুন্তী হস্তিনাপুরে রহিলেন। ভীষ্ম আবার দুঃখসাগরে নিমগ্ন হইলেন। স্থিরবুদ্ধি ভীষ্ম স্পষ্টই বুঝিতে পারিলেন দুষ্টবুদ্ধি ধৃতরাষ্ট্র ও দুর্য্যোধন শীঘ্রই পাণ্ডবদিগের হস্তে সমুচিত দণ্ড প্রাপ্ত হইবেন। এবং ঐ ভীষণ আত্মবিগ্রহে আত্মকুল ধ্বংশ হইবে। এই সব চিন্তায় ভীষ্ম মহাদুঃখে কালযাপন করিতে লাগিলেন।

অজ্ঞাত বনবাস।

পাণ্ডবগণ অতিকষ্টে দ্বাদশ বৎসর অরণ্যে যাপন করিলেন। অতঃপর তাঁহারা দুর্গম গিরিশিখরস্থিত এক প্রকাণ্ড শমীবৃক্ষে অস্ত্রশস্ত্র লুক্কায়িত রাখিয়া ছদ্মবেশে মৎস্য-রাজ্যের অধিপতি বিরাটের ভবনে শেষ একবৎসর যাপন করিলেন। এদিকে দুষ্টমতি দুর্য্যোধন পাণ্ডবদিগের অনুসন্ধানার্থে স্থলপথে ও জলপথে বহু চর প্রেরণ করিয়াছিলেন। কিন্তু চরগণ নানা কৌশল অবলম্বন করিয়াও বিচক্ষণ পাণ্ডবগণের কোন সংবাদই পাইলেন না; তখন দুর্যোধন, ভীষ্ম, দ্রোণ প্রভৃতি মন্ত্রিগণকে এ বিষয়ে পরামর্শ জিজ্ঞাসা করিলেন। ভীষ্ম কহিলেন, "বৎস, তোমরা ও পাণ্ডুপুত্রেরা সকলেই আমার প্রিয়। সকলেরই আমি মঙ্গল কামনা করি। পাণ্ডবগণ এখন পরিজ্ঞাত হউন এই অমঙ্গলজনক কার্য্য আমি করিতে পারি না। তবে তুমি ইহা নিশ্চয় জানিও যে ধর্ম্মপ্রাণ পাণ্ডবগণ যেখানে থাকিবেন, সে স্থান তদীয় পুণ্যপ্রভাবে পবিত্র হইবে এবং সেই জনপদবাসিগণ কর্ত্তব্যপরায়ণ ও ধর্ম্মশীল হইবে।"

বিরাট সেনাপতি দুষ্টমতি কীচকের নিধন সংবাদ পাইয়া দুর্যোধন, কর্ণ প্রভৃতির সহিত পরামর্শ করিয়া স্থির করিলেন, দুষ্ট দমন পাণ্ডবগণ নিশ্চয়ই এই বিরাট ভবনে অবস্থিতি করিতেছেন। অতএব বিরাটের গোধন হরণ করিতে গেলেই ধর্ম্ম-

রক্ষার্থ পাণ্ডবগণ সংগ্রামে অগ্রসর হইবেন এবং ধরা পড়িবেন। এই সংকল্প করিয়া ভীষ্ম, দ্রোণ সহ দুর্য্যোধন গোধন হরণে যাত্রা করিলেন। গোগৃহে ভীষণ সংগ্রাম হইল, ছদ্মবেশধারী অর্জ্জুন বিরাট কুমার উত্তরের রথে থাকিয়া কুরুগণকে পরাস্ত করিলেন। সকলেই গাণ্ডীবধারী অর্জ্জুনকে চিনিতে পারিলেন। দুর্য্যোধন আহ্লাদিত হইয়া বলিতে লাগিলেন, পাণ্ডবগণ অজ্ঞাতবাসকালে ধরা পড়িয়াছেন অতএব পণানুসারে তাঁহাদিগকে আবার দ্বাদশ বৎসর মহারণ্যে বাস করিতে হইবে। তখন মহামতি ভীষ্ম তাঁহাকে কহিলেন, "দুর্য্যোধন, পাণ্ডবেরা সংযমী ও ধার্ম্মিক। তাহাদের ভুল হওয়া কঠিন। ব্রতরক্ষণে তাঁহারা সুনিপুণ। আমি গণনা করিয়া দেখিয়াছি, তাঁহাদের অজ্ঞাত বসবাসের কাল অতীত হইয়া, আরও পাঁচ মাস অতিবাহিত হইয়াছে। অর্জ্জুন ইহা জানিয়াই প্রকাশ্যে গাণ্ডীব ধারণ করিয়া যুদ্ধে অগ্রসর হইয়াছেন। অসদুপায়ে বা পাশবলে রাজ্যলাভ করিবার ইচ্ছা থাকিলে কপট পাশা খেলার সময়ই তাঁহারা আত্মবিক্রম প্রকাশ করিতেন। আর্য্য পাণ্ডুপুত্রগণ কখনও সত্যপথ হইতে বিচলিত হন না। ধর্ম্মপথে থাকিয়া কর্ত্তব্য পালন করাই তাঁহাদের জীবনের ব্রত। ইহাতে মৃত্যুর সম্মুখীন হইতেও তাঁহারা কিছুমাত্র ভীত নহেন।"

বিরাটতনয়া উত্তরার সহিত অর্জ্জুনের পুত্র অভিমন্যুর বিবাহ হইল। শ্রীকৃষ্ণ ও দ্রুপদ প্রভৃতি আত্মীয়গণের সহিত পাণ্ডবগণ রাজ্য পুনঃপ্রাপ্তির বিষয় পরামর্শ করিয়া স্থির করিলেন

উভয় পক্ষে সন্ধি স্থাপনই কর্ত্তব্য। দ্রুপদ পুরোহিত হস্তিনা-পুরে ধৃতরাষ্ট্রের সভায় অতি কর্কশ ভাষায় এই সন্ধির প্রস্তাব করিলেন। তখন ভীষ্ম কহিলেন, "ব্রহ্মন্, ভগবৎ কৃপায়ই পাণ্ডবগণ সুরক্ষিত, তদীয় কৃপাবশেই সংগ্রামে তাঁহারা অনিচ্ছুক এবং সন্ধি স্থাপনে উদ্যত। যুধিষ্ঠিরের রাজ্য প্রার্থনা বিষয়ক প্রস্তাবে আমি সম্পূর্ণ অনুমোদন করি; কিন্তু আপনার ভাষা অত্যন্ত উগ্র।" কর্ণ তখন ব্রাহ্মণের ও ভীষ্মের যথোচিত নিন্দা করিতে লাগিলেন। কিন্তু দৃঢ়ব্রত ভীষ্ম কর্ণের চাপল্যে উপেক্ষা প্রদর্শন করিলেন এবং ধীর ভাবে কর্ণকে কহিলেন, "কর্ণ, বৃথা গর্ব্ব করিতেছ মাত্র। অর্জ্জুনের অতুলনীয় বীরত্বের বিষয় কি মনে নাই? সন্ধিস্থাপন না করিয়া যুদ্ধে প্রবৃত্ত হইলে আমরা পরাজিত ও নিহত হইব।"

ধৃতরাষ্ট্র দুর্ম্মতি দুর্য্যোধনের অমতে সন্ধি স্থাপনে অনিচ্ছুক হইয়া সঞ্জয়কে বিরাট ভবনে পাঠাইলেন। পাণ্ডবগণ পাঁচ খানি গ্রাম চাহিলেন। দুর্য্যোধন পাণ্ডবদিগের সহিত প্রীতি স্থাপন করিবেন না স্থির করিয়া যুদ্ধের আয়োজন করিতে লাগিলেন।

অতঃপর শ্রীকৃষ্ণ স্বয়ং ধৃতরাষ্ট্র সভায় যাত্রা করিলেন। ধৃতরাষ্ট্র শ্রীকৃষ্ণকে বহুমূল্য উপঢৌকনাদি দ্বারা বশীভূত করিতে ইচ্ছা করিলেন। ভীষ্ম তাঁহার অভিপ্রায় বুঝিয়া ধৃতরাষ্ট্রকে বলিলেন, "ত্রিলোক পূজিত শ্রীকৃষ্ণ লুব্ধ হইবার নহেন। ধর্ম্ম-সংরক্ষণ জন্যই তিনি অবতীর্ণ। ধর্ম্মরাজ্য স্থাপনই তাঁহার উদ্দেশ্য। অতএব শ্রীকৃষ্ণের মতেই কার্য্য কর। পাণ্ডবগণ

তোমার সন্তান সদৃশ।" অবশেষে যখন ভীষ্ম জানিতে পারিলেন যে শ্রীকৃষ্ণকে হস্তিনাপুরে অবরুদ্ধ করাই দুর্য্যোধনের অভিপ্রায়, তখন ধীর প্রকৃতি মহাবীর ভীষ্মের চক্ষু হইতে অগ্নিস্ফুলিঙ্গ বাহির হইতে লাগিল। তিনি সাতিশয় তেজের সহিত কহিতে লাগিলেন, "ধৃতরাষ্ট্র, দুর্ম্মতি দুর্য্যোধনের মতিভ্রম হইয়াছে। তুমিও সুহৃদ্বর্গের বাক্য অবহেলা করিতেছ। শ্রীকৃষ্ণের অনিষ্টাচরণে উদ্যত হইলে তুমি সমূলে বিনষ্ট হইবে।" এই বলিয়া ভীষ্ম তথা হইতে প্রস্থান করিলেন। তখন ধৃতরাষ্ট্র দুর্য্যোধনকে ঐ অসৎ সংকল্প ত্যাগ করিতে বলিলেন।

যথাকালে শ্রীকৃষ্ণ হস্তিনাপুরে উপস্থিত হইলেন। ভীষ্মদেব পূজ্যপূজায় বিরত হইলেন না। অচিরাৎ দ্রোণ প্রভৃতির সহিত শ্রীকৃষ্ণের প্রত্যুদ্গমন করিলেন। শ্রীকৃষ্ণ কৌরবগণের যথাযোগ্য সংবর্দ্ধনা করিয়া বিদুর গৃহে কুন্তির নিকট গমন করিলেন।

পরদিবস শ্রীকৃষ্ণ, দুর্য্যোধনকে কুল গৌরব স্মরণ করাইয়া, কর্ত্তব্য পথ নির্দ্দেশ করিয়া দিলেন। পাণ্ডবদিগের সহিত সন্ধি স্থাপন করিতে উপদেশ দিলেন। শ্রীকৃষ্ণের সর্ব্বজন হিতকর উপদেশ শ্রবণ করিয়া ভীষ্ম কহিলেন, "বৎস দুর্য্যোধন, ক্রোধ অশেষ অনর্থের হেতু। তুমি শ্রীকৃষ্ণের হিতজনক বাক্যের অনুবর্ত্তী হও। বৃথা আত্ম কলহে নির্দ্দোষ প্রজাক্ষয় করিও না। পাণ্ডবগণের সহিত মিলিত হইলে তোমাদের অসীম তেজ হইবে। আবার কুরুকুলের ধর্ম্মশাসনে ভারতের গৌরব বৃদ্ধি প্রাপ্ত

হউক। বৎস, কর্ত্তব্য পালনের জন্যই এই রাজ্য পরিত্যাগ করিয়াছিলাম। আজ সেই রাজ্যের অর্দ্ধাংশের জন্য অনায়াসে ভীষণ ভ্রাতৃবিরোধে প্রবৃত্ত হইতে উদ্যত হইয়াছ। ইহা নিতান্ত পরিতাপের বিষয়। আজীবন নিরন্তর তোমাদেরই কুশল কামনায় এত পরিশ্রম করিতেছি। পাণ্ডুপুত্রগণের এরাজ্যে সম্পূর্ণ অধিকার আছে। তোমরা ও পাণ্ডবগণ উভয়েই আমার প্রিয়। তোমাদের মঙ্গলার্থে এই উপদেশ দিতেছি। আচার্য্য দ্রোণ, মহামতি বিদুর এবং তোমার পিতার ও ইহাই অভিপ্রায়। বৃদ্ধের বচন গ্রহণ কর। অনর্থক কলহে প্রবৃত্ত হওয়া উচিত নয়।”

মাতা গান্ধারী, দূরদর্শী মন্ত্রিগণ সকলেই ভীষ্মের বাক্যের অনুমোদন করিলেন। কিন্তু দুর্য্যোধন কিছুতেই স্বীকৃত হইলেন না। তখন শ্রীকৃষ্ণ ভীষ্ম প্রভৃতির নিকট বিদায় লইয়া যুধিষ্টিরের নিকট গমন করিলেন, যুদ্ধ অবশ্যম্ভাবী হইয়া উঠিল।

কুরুক্ষেত্র ও শরশয্যা।

কুলধ্বংশী আত্মবিরোধ অবশ্যম্ভাবী দেখিয়া মহামতি ভীষ্ম মর্ম্মাহত হইলেন।

এদিকে দুর্য্যোধন ভীষ্মকে সেনাপতি করিবার প্রস্তাব করিলেন। লৌকিক কর্ত্তব্যানুরোধে তিনি কুরুরাজের পক্ষ

সমর্থন করিতে স্বীকৃত হইলেন কিন্তু ধর্ম্মানুরোধে পাণ্ডবদিগকে ও সদুপদেশ প্রদান করিবেন তাহাও স্পষ্ট বলিলেন।

অধ্যক্ষতা গ্রহণ পূর্ব্বক ভীষ্ম ধর্ম্মযুদ্ধের কোন প্রকার বাধা না হয় তজ্জন্য আত্মপক্ষ ও শত্রুপক্ষের সেনাপতিদিগের সহিত মিলিত হইয়া নিয়ম করিলেন—

১। "সমযোগ্য ব্যক্তিরাই পরস্পর ন্যায় যুদ্ধে অগ্রসর হইবে।

২। যুদ্ধে কেহ কোনরূপ প্রতারণা করিতে পারিবে না।

৩। আরব্ধ যুদ্ধের নিবৃত্তি হইলে, আবার পরস্পরের মধ্যে প্রীতি স্থাপিত হইবে।

৪। যে ব্যক্তি সৈনিকদল হইতে নিষ্ক্রান্ত হইয়াছে কেহই তাহার প্রতি অস্ত্রাঘাত করিতে পারিবে না।

৫। ক্ষীণশস্ত্র ও ভয়বিহ্বল ব্যক্তির প্রতি কেহ অস্ত্র প্রয়োগ করিতে পারিবে না।

৬। যে ধর্ম্মশূন্য, বা সমরে পরাঙ্মুখ হইয়াছে, যে ব্যক্তি শরণাগত বা অন্যের সহিত সংগ্রামে প্রবৃত্ত হইয়াছে, বিপক্ষগণ তাহার প্রতি অস্ত্রাঘাত করিতে পারিবে না।

৭। বীরপুরুষগণ প্রতিপক্ষকে অগ্রে সতর্ক করিয়া, তাঁহার সহিত ন্যায়ানুসারে যুদ্ধ করিবেন।"

ভীষ্ম এইরূপে সনাতন বীরধর্ম্মের মর্য্যাদা রক্ষা করিলেন। দারপরিগ্রহে বিমুখ হইয়া যিনি এক সময়ে অলোকসামান্য পিতৃভক্তির ও দৃঢ় প্রতিজ্ঞতার পরিচয় দিয়াছিলেন, যৌবনে

বিষয় বাসনা ত্যাগ করিয়া যিনি আত্মসংযমের পরাকাষ্ঠা দেখাইয়াছিলেন, ভ্রাতা এবং ভ্রাতুষ্পুত্রগণের পালন ও শিক্ষা বিধানে অক্লান্ত পরিশ্রম দ্বারা যিনি ভারতবাসীর বিস্ময়োৎপাদন করিয়াছিলেন, আজ তিনি ধর্ম্ম যুদ্ধের রীতি নির্দ্দেশ দ্বারা কুরুক্ষেত্রের মহাযুদ্ধে ধর্ম্মের প্রাধান্য স্থাপন করিলেন। ভারত-বাসী ভীষ্মের ন্যায়পরায়ণতার পরিচয় পাইয়া কৃতার্থ হইলেন।

আকুমার ব্রহ্মচারী অমিততেজা ভীষ্মের পরাক্রমে পাণ্ডব পক্ষের অনেকে নিহত হইল। কয়েক দিনের তুমুল সংগ্রামের পর অবশেষে এক দিন সূর্য্যাস্তের কিছু পূর্ব্বে ভীষ্মের ক্ষত বিক্ষত কলেবর পূর্ব্বশিরা হইয়া রথ হইতে পতিত হইল। কিন্তু তিনি এরূপ শরজালে আবৃত হইয়াছিলেন যে পতিত হইয়াও ধরাতল স্পর্শ করিলেন না; শরশয্যায় শয়ান রহিলেন। কিন্তু ঐ সময় দক্ষিণায়ন। ভীষ্ম দক্ষিণায়নে প্রাণত্যাগ করিবেন না। এই জন্য তিনি শরশয্যায় উত্তরায়ন প্রতিক্ষায় প্রাণ ধারণ করিয়া রহিলেন।

এদিকে কৌরবগণ হাহাকার করিতে লাগিল। অবিলম্বে পাণ্ডবগণ ও কৌরবগণ অস্ত্র পরিত্যাগ পূর্ব্বক কুরুপিতামহ ভীষ্মের সমীপে উপস্থিত হইলেন। এবং অভিবাদন পূর্ব্বক কৃতাঞ্জলিপুটে দণ্ডায়মান রহিলেন।

ভীষ্ম সকলকে আনন্দের সহিত আশীর্ব্বাদ করিয়া দুর্য্যোধন ও তাঁহার ভ্রাতৃগণকে কহিলেন, "বৎসগণ, আমার মস্তক দোলাইয়া পড়িতেছে, একটী উপাধান প্রদান কর"। দুর্য্যোধন

সুকোমল উপাধান আনয়ন করিলে, বীরশয্যার অনুপযুক্ত বলিয়া ভীষ্ম তাহা গ্রহণ করিলেন না। অতঃপর আদিষ্ট হইয়া অর্জ্জুন তিনটী শরদ্বারা ধর্ম্মনিষ্ঠ ক্ষত্রিয়গণের শরশয্যার উপযুক্ত উপাধান প্রস্তুত করিয়া ভীষ্মের আশীর্ব্বাদ লাভ করিলেন।

অনন্তর দুর্য্যোধন ক্ষত চিকিৎসকগণকে আনয়ন করিলে, ভীষ্ম কহিলেন, "বৎস! ইহাদিগকে অর্থ দিয়া বিদায় কর। আমি ক্ষত্রোচিত পরমগতি লাভ করিয়াছি। আমার চিকিৎসার প্রয়োজন নাই। তোমরা এখন শত্রুতা পরিত্যাগ করিয়া যুদ্ধে নিবৃত্ত হও।"

পরদিন প্রভাতে কুরু, পাণ্ডব ও অন্যান্য নৃপতিগণ ভীষ্মের নিকট উপস্থিত হইলেন। ভীষ্মদেব বীরশয্যায় স্থিরভাবে সমাধিস্থ রহিয়াছেন। দৈহিক যন্ত্রণার দৃকপাতও নাই। তাঁহার প্রফুল্ল বদন দর্শন করিয়া সকলে বিস্মিত হইলেন।

দুর্য্যোধন এবং অন্যান্য কৌরবগণ ভীষ্মের জন্য নানাবিধ উপাদেয় খাদ্য সামগ্রী ও সুবাসিত জল আনিয়াছিলেন ভীষ্মদেব ঐ সব দ্রব্য দেখিয়া বলিলেন, "বৎসগণ, আমি এখন শরশয্যায় শয়ান। এই সব মানবের ভোজ্যবস্তু আর আমি গ্রহণ করিতে পারি না।" এই বলিয়া অর্জ্জুনকে সুশীতল পানীয় দিতে বলিলেন। অর্জ্জুন গাণ্ডীবের শর দ্বারা ভূগর্ভ ভেদ করিবা মাত্র, সুস্বাদ উৎসের জল উত্থিত হইয়া ভীষ্মের মুখে পতিত হইতে লাগিল। ভীষ্ম পরমতৃপ্তি লাভ করিয়া অর্জ্জুনকে কহিলেন, "বৎস! তোমার অলোকসামান্য

ক্ষমতার বিষয় আমি চিরকালই জ্ঞাত আছি। তোমার পরম মঙ্গল হউক। আমরা সকলেই দুর্য্যোধনকে শান্তি স্থাপনের জন্ত বলিয়াছি কিন্তু দুষ্টমতি দুর্য্যোধন উহাতে কর্ণপাতও করে নাই। পূজনীয়গণের উপদেশ বাক্য অবহেলা করিয়া যেমন যুদ্ধ আরম্ভ করিয়াছে, এই যুদ্ধে তেমনি নিশ্চয়ই তাহাকে পরাজিত হইতে হইবে।"

অতঃপর দুর্য্যোধনকে বিষণ্ণ দেখিয়া ভীষ্মদেব তাঁহাকে কহিলেন, "বৎস, পিতার তুষ্টি সাধন ও কুরুকুলের মঙ্গলের নিমিত্তই আমি নীরবে রাজ্যের আশা ত্যাগ করিয়া যৌবনে কঠোর ব্রহ্মচর্য্যব্রত অবলম্বন করিয়াছি। স্বীয় কর্ত্তব্য, কুরু-কুলের সেবাতেই জীবিতকাল অতিবাহিত হইয়াছে। রাজপদের সম্পূর্ণ অধিকারী হইয়াও, প্রজাধর্ম্মপালন দ্বারা উদ্ধত রাজশক্তি সুনিয়ন্ত্রিত রাখিবার জন্যই যৌবন হইতে বার্দ্ধক্য পর্য্যন্ত স্থির ভাবে তোমাদের সেবকপদে নিয়োজিত রহিয়াছি। এই কঠোরব্রত পালনে কখনও ঔদাস্য প্রদর্শন করি নাই। চির-দিনই পুনঃ পুনঃ উপেক্ষিত হইয়াও তোমার ও কুরুকুলের হিতজনক উপদেশই দিয়াছি। আজ স্বীয়কর্ত্তব্য পালনে আমি শরশয্যায় শায়িত। জীবন দিয়াও স্বীয় কর্ত্তব্যপালনে পরা-ঙ্মুখ হই নাই। আজ ভগবৎ কৃপায় আমার সেই প্রতিজ্ঞা পূর্ণ হইল, আজ আমার পবিত্র প্রজাধর্ম্ম পালনরূপ ব্রত উদ্-যাপিত হইল। এখনও বলিতেছি বৃথা দম্ভ, অভিমান ত্যাগ কর, রাজার ধর্ম্ম পালন কর, প্রজাক্ষয় হইতে বিরত হও;

পাণ্ডবগণের সহিত সন্ধি স্থাপন কর। আমার জীবনোৎসর্গ দ্বারাই এই লোক বিধ্বংশী অস্বর্গ্য সমরানল নির্ব্বাপিত হউক। পৃথিবী শান্তিময় হউক, ধর্ম্মরাজ্য সংস্থাপিত হউক।"

বিকারী, পতনোন্মুখ দুষ্টমতি দুর্য্যোধনের এইরূপ রাজা, প্রজা ও জনপদ হিতকর বাক্যে শ্রদ্ধা হইল না।

অনন্তর দুর্য্যোধনের উৎসাহদাতা, পাণ্ডব বিদ্বেষী, কুরু-বৃদ্ধ পিতামহ ভীষ্মদেবের হিতকর বাক্যে চির উপেক্ষাকারী অনুতপ্ত কর্ণ, ভীষ্মদেবের চরণপ্রান্তে পতিত হইয়া কৃপা ভিক্ষা করিতে লাগিলেন। তখন ভীষ্মদেব তাঁহাকে কহিলেন, "বৎস, আমার কাহারও প্রতি বিদ্বেষ নাই। তুমি হিতকর বাক্যে উপেক্ষা প্রদর্শন পূর্ব্বক সদাই কুলভেদকর প্রস্তাবনার সমর্থন করিতে এই জন্য ধর্ম্মরাজ্য স্থিতিকর বিশুদ্ধ প্রজাধর্ম্ম পালন ব্যাপদেশেই তোমাকে সময় সময় তিরস্কার করিতে হইয়াছে। তোমার লোকপ্রসিদ্ধ দানশীলতার বিষয় আমি অবগত আছি। এখনও বলিতেছি, পাণ্ডবদিগের সহিত সন্ধি স্থাপন কর। আর কুলান্তক আত্মবিগ্রহে প্রবৃত্ত হইও না। আমার জীবনাহুতি দ্বারাই এই ভীষণ প্রজাক্ষয়কর কুরুক্ষেত্র-সমর-যজ্ঞ শেষ হউক।"

ভীষ্মের অন্তিমসময়েও শান্তি স্থাপনে এতাদৃশ আগ্রহাতিশয় দর্শন করিয়া কর্ণ বিচলিত হইলেন সত্য, কিন্তু যুদ্ধের সংকল্প ত্যাগ করিতে পারিলেন না। অতঃপর পূর্ব্বকৃত অপরাধের জন্য ভীষ্মদেবের নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করিলেন। ভীষ্মদেব

কর্ণকে যুদ্ধে কৃত নিশ্চয় দেখিয়া তাঁহাকে কহিলেন, "বৎস, যদি নিদারুণ পাণ্ডব বিদ্বেষ ত্যাগ করিতে না পার, তাহা হইলে অনুমতি করিতেছি স্বর্গকাম হইয়া ধর্ম্মযুদ্ধে প্রবৃত্ত হও—ইহাই ক্ষত্রিয়দিগের একমাত্র প্রিয়কার্য্য। নিষ্কাম হইয়া, কর্ত্তব্য সম্পাদন পূর্ব্বক ক্ষত্রিয়োচিত গতিলাভ কর। বৎস, সর্ব্বজন হিতকর শান্তি স্থাপনের জন্য সবিশেষ যত্ন করিলাম, কিন্তু কিছুতেই কৃতকার্য্য হইতে পারিলাম না"

নির্য্যাণ।

সত্ত্ব, ওজস্বিতা, বল, বীরত্ব ও পরাক্রমে অদ্বিতীয়, আকুমার ব্রহ্মচারী দৃঢ়প্রতিজ্ঞ ভীষ্মদেব, পবিত্র শরশয্যায় যোগাবলম্বন পূর্ব্বক ভগবানের ধ্যান করিতে করিতে, উত্তরায়ণ কাল উপস্থিত হইলে সানন্দে পরমসুহৃদ প্রিয়তম প্রাণকে বিসর্জ্জন করিলেন।

এইরূপে কর্ম্মবীর ভীষ্মের মানব লীলার অবসান হইল। তাঁহার মত দৃঢ়ব্রত, কর্ত্তব্যনিষ্ঠ, ধর্ম্মপ্রাণ মহাপুরুষ ভূমণ্ডলে কচিৎই আবির্ভূত হইয়া থাকেন। তাঁহার পিতৃভক্তি, আত্মসংযম, দেশচর্য্যা, এবং ত্যাগশীলতার কার্য্যগুলি চিরদিনের তরে সকলের শিক্ষার বিষয়ীভূত হইয়া রহিয়াছে। যৌবনে বিষয় ত্যাগ ও চিরকৌমার্য্য ব্রতাবলম্বন দ্বারা ভীষ্মদেব যেমন একদিকে অশেষ পিতৃভক্তি ও কঠোর আত্মসংযমের পরিচয় দিয়াছেন,

আবার নিজে রাজ্যের উত্তরাধিকারী হইয়াও ভ্রাতা ভ্রাতুষ্পুত্র ও পৌত্রদিগের আনুগত্য স্বীকার পূর্ব্বক কুরুরাজ্যের যথাযথ সেবা দ্বারা মহানুভবতা ও দেশপ্রীতির একশেষ দেখাইয়াছেন।

বহু সহস্র বৎসর অতিবাহিত হইয়াছে, বহু রাজ্য এবং সাম্রাজ্যের উত্থান পতন হইয়াছে, বহুকর্ম্মবীর নির্দ্দিষ্ট কর্ত্তব্য পথে চলিতে চলিতে অবসন্ন হইয়া জীবলীলা শেষ করিয়াছেন, কিন্তু 'কীর্ত্তির্য্যস্য স জীবতি'—এই কর্ম্মবীর মরিয়াও আজ জীবিত, আজও লক্ষ লক্ষ ভারতবাসীর হৃদয়ে পূজিত। "অপূর্ব্ব আত্ম সংযম, অলৌকিক পিতৃভক্তিতে, অলোক সামান্য বীরত্বে, অসাধারণ পরহিতব্রতে এবং সর্ব্বোপরি রাজা ও রাজ্য সংরক্ষণকারী প্রজাধর্ম্মপালনে পৃথিবীর কোন ব্যক্তি বোধ হয়, কোন সময়ে এই মহিমান্বিত আকুমার ব্রহ্মচারীর গৌরবস্পর্দ্ধী হইতে পারেন নাই, এবং বোধ হয়, পৃথিবীর কোন দেশে, কোন সময়ে ভীষ্মের ন্যায় পুরুষসিংহের আবির্ভাব হয় নাই।"